તપવિચાર

[વરસી તપના મહાત્મ્ય સાથે]



પ્રકાશક
ધીરજલાલ ટોકરશી શાહ
ધી જ્યોતિ કાર્યાલય લી પાનકોર
નાકા જુમામસ્જીદ સામે અમદાવાદ

પ્રથમાવૃત્તિ
ઈ સ ૧૯૩૭ વિ સ ૧૯૯૩

મુદ્રક
ધીરજલાલ ટોકરશી શાહ
જ્યોતિ મુદ્રણાલય, જુમામસ્જીદ
સામે પાનકોર નાકા, અમદાવાદ.

લેખકનું નિવેદન

જૈન જીવન સાથે તપશ્ચર્યાને ગાઢ સબંધ છે, અને તેથી તે સબંધી જૈન સાહિત્યમા સ્થળે સ્થળે વિવેચને જોવામા આવે છે, તેમ છતા તે સબંધી સ્વતંત્ર ગ્રંથો બહુ ઓછા નજરે પડે છે તેમાંયે ગૂજરાતી ભાષામા તો તેની ખાસ ખામી જણાય છે આથી તપ સબંધી વૈજ્ઞાનિક દૃષ્ટિએ અને પાશ્ચિમાત્ય વિદ્વાનોના અનુભવાના તાણાવાણા, જુદી જુદી દૃષ્ટિએ વિવેચના કરતુ એક પુસ્તક તૈયાર કરવાના મનોરથો કેટલાક વખતથી મનમા ઘોળાયા કરતા હતા.

એવામા એ મનોરથોને સાકાર કરવાનો એક સુયોગ સાપડયો મોમ્બાસા (આફ્રિકા) જેટલે દૂર દેશાવર વસતા, મારા સુહૃદ શ્રીયુત્ જગજીવનદાસ શીવલાલ શાહનો એક પત્ર મળ્યો જેમા તેમના ખાસ સ્નેહી ડૉકટર મનસુખલાલ તારાચદ શાહના ધર્મપત્ની શ્રીમતી કુસુમબ્હેને વરસી તપ કર્યાના અને તેની પૂર્ણાહૂતિ પ્રસગે કોઇ પ્રસગાનુરૂપ પુસ્તક ભેટ આપવાની ડૉકટર શ્રીયુત મનસુખલાલની ઇચ્છાના સમાચાર જણાવ્યા

મે તપના ઉદ્યાપનમા તપને લગતા કોઈ પુસ્તકની જ યોગ્યતા માની, અને મારા તે વિચારને સમ્મતિ મળતા આ પુસ્તક-રચનાનુ કાર્ય હાથ ધર્યું પૂરતી માહિતી ધરાવતા તપ સબંધી સ્વતંત્ર પુસ્તકના અભાવે આ પુસ્તકમા આપવામા આવેલી માહિતી માટે લગભગ ત્રીસથી પાત્રીસ સસ્કૃત, પ્રાકૃત તેમજ બીજી ભાષાના ગ્રંથોનો આધાર લેવામા આવ્યો આ ઉપરાન આજનુ વિજ્ઞાન તપની બાબતમા શુ અભિપ્રાય ધરાવે છે તે રજૂ કરવા પાશ્ચિમાત્ય વિદ્વાનોના અનુભવોનુ તારણ કાઢ્યુ અને ઘણા સમયથી જેની વિવેચના મનમા ને મનમા ચાલ્યા કરતી હતી, તે બધાનો સહકાર સાધી આ પુસ્તકનુ નિર્માણ કર્યું આ પુસ્તકના નિર્માણમા સ્વાનુભવોનો પણ ઠીક સાથ સધાયો છે વિશેષ પરીક્ષા તો વાચકોના જ હાથમા સોપુ છુ

આ પુસ્તકના પ્રકાશનનુ શ્રેય ડા મનસુખલાલભાઈ તેમજ તપસ્વિની કુસુમબહેનને ઘટે છે તેમજ તેમા સહકાર ને સલાહ આપી પ્રેરક બનનાર શ્રીયુત જગજીવનદાસ શિવલાલ શાહનો પણ અને આભાર માનવો રહ્યો કારણ કે તે સર્વેની જ્ઞાનપ્રચાર સબધમા આ ઈચ્છા જાગ્રત ન થઈ હોત તો ભાગ્યે જ આ પુસ્તક તૈયાર કરી શકાયુ હોત

તપશ્ચર્યા સબધી રસ ધરાવનાર સ્ત્રી-પુરુષોને આ પુસ્તક અમુક અંશે પણ માર્ગદર્શક નિવડશે તો મારો શ્રમ સફળ થશે લેખીશ

ધી જ્યોતિ કાર્યાલય લી
પાનકોરનાકા, અમદાવાદ
ફાગણ વ ૧ સ ૧૯૯૩

સેવક
ધીરજલાલ ટોકરશી શાહ

વિષયસૂચી



	પૃષ્ઠાંક
૧ જૈન ધર્મમાં તપને મહત્ત્વનું સ્થાન	૩
૨ તપનો અર્થ	૫
૩ તપની શક્તિ	૬
૪ તપના ભેદો	૧૦
૫ અણસણ તપ	૧૧
૬ ઉણોદરી તપ	૨૯
૭ વૃત્તિસંક્ષેપ	૩૧
૮ રસપરિત્યાગ	૩૩
૯ કાયક્લેશ	૩૪
૧૦ સંલીનતા	૩૪

૧૧ પ્રાયશ્ચિત	૩૫
૧૨ વિનય	૩૭
૧૩ વૈયાવચ્ચ	૩૭
૧૪ સ્વાધ્યાય	૩૮
૧૫ ધ્યાન તપ	૩૯
૧૬ કાયોત્સર્ગ	૪૦
૧૭ તપના વિવિધ પ્રકારો	૪૧
૧૮ તપ કેવી રીતે કરવુ જોઇએ ?	૬૪
૧૯ તપના સામાન્ય નિયમો	૬૭
૨૦ તપ અને ઉદ્યાપન	૬૮
૨૧ તપપ્રશંસા	૬૮
૨૨ વરસી તપ મહાત્મ્ય	૭૩



જ્યોતિ ગ્રંથમાળા

પ્રકાશિત પુસ્તકો

૧ શત્રુંજયોદ્ધારક સમરસિંહ
લેખક શ્રી નાગકુમાર મકાતી
B A LL B
(ઐ નનનકથા) કિં ૦-૧૩-૦

૨ જૈનોની શિક્ષણસમસ્યા
લેખક ધીરજલાલ ટોકરશી શાહ.
(નિબંધ) કિં ૦-૨-૦

૩ સમસ્ત ભારતવર્ષની જૈન શિક્ષણ સંસ્થાઓની વર્ગીકૃત યાદી
સં ધીરજલાલ ટોકરશી શાહ
ધીરજલાલ ધનજીભાઈ શાહ.
કિં ૦-૩-૦

૪ સુજશવેલી ભાસ
(ટીપ્પણ વિવેચન સાથે)
સં મોહનલાલ દલીચંદ દેસાઈ
B A LL B
કિં ૦-૬-૦

૫ નવયુગનો જૈન
લેખક શ્રી મોતીચંદ ગિરધરલાલ કાપડિયા, સોલીસીટર
કિં ૧-૦-૦

૬ તપ વિચાર
લેખક ધીરજલાલ ટોકરશી શાહ
કિં ૦-૪-૦

ધી જ્યોતિ કાર્યાલય લીમીટેડ

એટલે

સુંદર છાપકામ કરી આપનાર

અનેક ગૃહસ્થોએ અમારી પાસે જુદી જુદી જાતનું છાપકામ કરાવી સંતોષ જાહેર કર્યો છે છાપખાનાના મોટા ઓર્ડરો અને સ્ટોના કામ પણ લેવામાં આવે છે સ્વચ્છ કામ સમયસર ઉતાર અને ઓર્ડરોના નિયમો મુજબ પ્રુફ સંશોધન થાય છે એક જ વખત અમને અજમાવી ખાત્રી કરો

બાળ સાહિત્ય

અમારા તરફથી બાળકોને રસમય વાચન આપનાર જૈન મહાપુરુષોનાં જીવનચરિત્રો રજુ કરતી 'બાળ ગ્રંથાવળી' અને સાર્વજનિક વિદ્યાર્થી વાચનમાળાના પુસ્તકો બહાર પડે છે

મનપસંદ પુસ્તકો પૂરાં પાડનાર

અમારી પાસે ધાર્મિક, સામાજિક નાટકો વગેરે તમામ વિષયોના પુસ્તકો, તેમજ ગાંડીવ પ્રસ્થાન દક્ષિણામૂર્તિ, નવજીવન, સૌરાષ્ટ્ર વગેરે સંસ્થાના પુસ્તકો મોટા પ્રમાણમાં સંઘરવામાં આવે છે અને ગ્રાહકોને વાજબી કમીશને પૂરા પાડવામાં આવે છે વધારે જાણવા સૂચીપત્ર મંગાવો

જૈન જ્યોતિ

સાપ્તાહિક બહાર પડે છે નિડર વિચારો અને છેલ્લા સમાચાર પૂરા પાડે છે તમામ ધંધાની જાહેરાત માટે એ સુંદર સાધન છે

વાર્ષિક લવાજમ	૩-૧૫-૦
પરદેશમાં	૫-૮-૦

ધી જ્યોતિ કાર્યાલય લીમીટેડ

પાનકોર નાકા, જુમામસ્જીદ સામે, અમદાવાદ



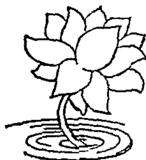


શ્રી તારાચંદ અમથાભાઈ શાહ

જન્મ ઈ સ ૧૮૭૭

અવસાન ઈ સ ૧૯૧૧

સ્મરણાંજલિ



સ્વર્ગવાસી પરમપૂજ્ય પિતાશ્રી

શ્રી તારાચંદ અમથાભાઈ શાહ

તથા

પૂજ્ય માતુશ્રી મણિબહેનની

જીવન સ્મૃતિને

પૂજ્ય વડીલો ! તમારો દેહ પરોક્ષ બન્યો છે, પણ તમારાં સ્મરણો તો આજે પણ સ્મૃતિપ્રત્યક્ષ છે. જ્યાં કોમળતા, નિર્મળતા અને વિશ્વપ્રેમ જોઉં છું, ત્યાં ત્યાં તમારી તસ્વીર ખડી થાય છે. ખરેખર તમે શાન્ત અને માનવપ્રેમી હતા. તમારી જીવનક્રિયા તો જાણે સોનાનું જ પ્રતિબિમ્બ ! સંસ્કાર, વ્રત, નિયમ એ જ તમારા શ્વાસોશ્વાસ ચાલનારા હતા.

અનેક સદ્ગુણોની સુવાસ મ્હેકતો અને દેહ બાગમાં રાજતો તમારો આત્મા અને એમાંથી ઝરતો વિશુદ્ધ સ્નેહ મારા જેવા અનેકની વાત્સલ્યભૂમિ હતો આજે એ અમારી વચ્ચેથી ખસી જઈ વિરહનું દર્દ મૂકતો ગયો છે પણ એ જ્યાં હશે ત્યાં સુવાસ પ્રસરાવતો હશે, એ વિશ્વાસ જ આજનું અમારું પ્રસન્ન આશ્વાસન છે

થોડી અલ્પ વયમાં જ તમારું આયુષ્ય-કમળ કાળરૂપ હસ્તીએ ચૂંટી લીધું! શું તમારી અને અમારી વચ્ચેની ભવિતવ્યતા એમ જ હશે? કે એ દિવ્ય સંસ્કારો પોતાને દિવ્યભૂમિમાં વાસ કરવા ઊર્ધ્વગમન કરી ગયા હશે?

તમારી અંતિમ સમયની શુભલેશ્યા શુભયોગ અને મૃત્યુની આગાહીની જાણ એના જ સૂચક છે અંત સમય સુધી વ્રત-પચ્ચખાણ પણ ન ભૂલ્યા, છેલ્લા શ્વાસે પણ તમારા મુખમાંથી 'ભજ મહાવીર ભજ મહાવીર ભજ મન મહાવીર'નું રટણ ચાલુ જ હતું ખરેખર તમે જીવી જાણ્યું ને મરી જાણ્યું

સ્નેહમૂર્તિ! નાની વયે વિદાય થઈને પણ સુંદર કીર્તિ મેળવી છે તમને જોનાર ને સંભારનાર સહુ આજે એમ વદે છે કે 'જનાર તો જતા રહ્યા, સદ્ગુણ એના સાંભરે!

ભલે આજે તમારો સ્થૂલદેહ મારી નજરે ન દેખાય, પણ ભાવનારૂપે આપ મારા અંતઃકરણમાં સદા વાસ કરી રહ્યા છો નાની વયે ધર્મ સંસ્કારોથી જીવનને મઘમઘતું બનાવનાર જૈનધર્મ અને જૈન સમાજ પ્રતિ મારો પ્રેમ દૃઢ કરનાર મારી આજની જીવનની સર્વ સંપત્તિને પ્રેમથી પ્રગટાવનાર એવા હે પૂજ્ય પિતાશ્રી તથા માતુશ્રી! તમારાં પુણ્ય સ્મરણો સદાય મને શુભ માર્ગે પ્રેરતા રહો!

હું છું આપનો

મનસુખ.

ભેટ નિમિત્તનો ઉલ્લેખ

શ્રીયુત કેશવલાલ પુરુષોતમદાસ કામદારના પુત્રી,
અને મારા ધર્મપત્ની,

શ્રીમતી કુસુમે

અનાર્ય દેશમા, સાગરપાર 'વરમીતપ'
કરીને જૈનધર્મના તપના ગૌરવને વધાર્યું
છે તે તપની પૂર્ણાહુતિ નિમિત્તે આ
નુદર પુસ્તક

જ્ઞાનભેટ

તરીકે આપના કરકમળમા મૂકવા
ભાગ્યશાળી થાઉ છુ આ ગ્રથના અમી-
રસનુ નિરતર પાન કરી, જીવન સાર્થક
કરવુ એ આપના પુરુષાર્થ અને અખત્યા-
રની વાત છે

શુભેચ્છક
મનસુખલાલ તારાચદ શાહ
(ડૉકટર)

સ્વર્ગસ્થ
શ્રીયુત તારાચંદ અમથાભાઈ શાહની
ટૂંક જીવનરેખા

સંસ્કારભર્યું અને ધર્મપરાયણ જીવન જીવી જાણનાર શ્રીયુત તારાચંદ અમથાભાઈ શાહે, સમસ્ત જીવનને વ્રત તપ અને સંયમની કસોટી પર કસ્યું હતું. સેવાનો શોખ બનાવ્યો હતો. નમ્રતાને રસપૂર્વક અપનાવી હતી અને જીવનનો ગંભીર અર્થ કરીને તેને સાર્થક કર્યું હતું.

કાઠિયાવાડ એમની જન્મભૂમિ. લીંબડી એમનું વતન. પિતાશ્રીનું નામ અમથાભાઈ અને માતાનું નામ નાનીબાઈ. આ દંપતીને ઘેર ઈ. સ. ૧૮૭૭ માં તેઓનો જન્મ થયો. બાળપણથી ધર્મસંસ્કારોએ તેમનામાં વાસ કર્યો હતો. પ્રાથમિક કેળવણી સંપૂર્ણ કર્યા પછી તેઓએ અંગ્રેજી અભ્યાસ આરંભ્યો હતો. અને તેમાં મેટ્રીક જેટલા આગળ વધ્યા હતા.

આ પછી તેઓએ વ્યવહારુ જીવનમાં ઝુકાવ્યું. પિતાશ્રી રૂનો ધંધો કરતા પણ શિક્ષણ ને સંસ્કારના પ્રેમે તેઓ વઢવાણ શહેરમાં દાજીરાજ હાઈસ્કુલમાં શિક્ષક તરીકે દાખલ થયા. ત્યાં પણ તેમણે શાળામાં સંસ્કારસુમન ખીલવ્યાં ને પોતાની સૌરભ સહુને માટે મૂકતા ગયા.

જીવનની વ્યવહારુ ભૂમિકાએ એમને કરાચી જેટલે દૂર આકર્ષ્યા. ઇ. સ. ૧૯૦૦ માં ત્રેવીસ વર્ષની ઉંમરે તેઓ વહાલું વતન છોડી કરાચી આવ્યા. કરાચીને વતન બનાવ્યું. અહીં જકાત ખાતામાં

(કસ્ટમ ડિપાર્ટમેન્ટમા) દશ વર્ષ સુધી કામ કર્યું, અને તે પણ પુરી પ્રમાણિકતાથી

ફગવાડાના વસવાટમા પણ તેમની સેવાભાવના મહા જાગ્રત હતી જૈન કોન્ફરન્સમા તેમણે સારો ભાગ લીધેલો દેરાવાસી સ્થાનકવાસી સંઘ પ્રત્યેની એમની નિઃસ્વાર્થ ભગતની સેવા તો આજે પણ સદ્ભાવપૂર્વક સ્મરે છે

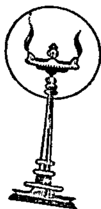
તેઓશ્રી વીસ વર્ષની ઉંમરે વિધુર થયેલા, નાની ઉમર પણ ફરીથી લગ્ન ન કર્યા એને જીવનવિકાસની ઉત્તમ તક માની માનીને ઉજળી અને જીવનભર ચારિત્ર તપ, ત્યાગ ને સેવાના સાધક બની રહ્યા

ફગવાડાને વતન માની તેઓ ફગવાડામા જ રહ્યા. જીવનની છેલ્લી પળ સુધી ફગવાડા સેવ્યું ઇ સ. ૧૯૧૧ ના નવેમ્બરની ત્રીજી તારીખે ચોત્રીસ વર્ષની ભરયૌવન અવસ્થામા, તેઓ પ્લેગના ભોગ બન્યા, અને ત્રણ દિવસની ટૂંક બિમારી ભોગવી સ્વર્ગધામ સીધાવ્યા પણ માનવી મરતા, એના સુકૃત્યો થોડા મરે છે ?

ફગવાડાના અનેક સજ્જનોના હૃદયમા આજે એમના સુકૃત્યો જીવતા છે, અને તેઓ માનપૂર્વક સ્મરણ પામે છે

તેઓશ્રીના સુપુત્ર શ્રીયુત મનસુખલાલ નાની ઉમરથી પણ પિતાનો વારસો અને સસ્કારની સ્મૃતિ જાળવી રહ્યા છે એ અતિ આનંદની વાત છે નાની વયથી જ ધાર્મિક સસ્કારો, સાહિત્યપ્રેમ અને યથાશક્ય સેવાવૃત્તિ તેમના માટે ઉજ્જ્વલ ભવિષ્યની આગાહી કરી રહ્યા છે આપણે ઇચ્છીએ કે તેઓશ્રી પોતાના તન મન ને ધનને સન્માર્ગે વાપરી વધુ ને વધુ સાર્થક કરે !

—પ્રકાશક



તપવિચાર

नमो तवस्स

તપને નમસ્કાર હો !

[૧]

જૈનધર્મમાં તપને મહત્વનું સ્થાન

જગતના દરેક ધર્મમાં 'તપ'નો એક ધાર્મિક અનુષ્ઠાન તરીકે સ્વીકાર થયેલો છે. તેમાં યે ભારતવર્ષમાં તેનો વિકાસ વિવિધ રીતે થયેલો હોઈ તેનો મહિમા ઘણો પ્રસરેલો છે. વૈદિક મંત્રો, બ્રાહ્મણગ્રંથો, ઉપનિષદો, બૌદ્ધ પિટકો અને જૈનાગમો તેના વિવિધ વર્ણનોથી ભરપૂર છે. રામાયણ, પુરાણો, બૌદ્ધ જાતકો તથા જૈન ધર્મકથાઓમાં તપસ્વીઓ તથા તેમના પ્રભાવના અત્યંત રસિક વર્ણનો પ્રાપ્ત થાય છે. આજે પણ ભારતવર્ષમાં પ્રચલિત લોકકથાઓ પૈકી કોઈક જ એવી લોકકથા હશે કે જેમાં તપસ્વીઓની અદ્‌ભુત શક્તિઓનો પરિચય નહિ હોય.

ભારતવર્ષના બીજા બધા ધર્મો પર દૃષ્ટિ નાખતાં, જૈનધર્મે તપનો જે વિકાસ કર્યો છે, તે અજોડ છે અથવા એમ કહેવું જોઈએ કે, જૈનધર્મે આત્મસુધારણા માટે તપને મહત્વનું સ્થાન આપ્યું છે અને તે માટેના તેના ચોક્કસ

વિધાનો નાના-મોટા નિયમો, અને તેની તપશ્ચર્યા વિગેરેથી તેના મોટા ભાગો રોકાયા અને ભરપૂર બનેલા છે.

જૈનધર્મના મહાન આગમ ગ્રંથોમાંના દશવૈકાલિક સૂત્રના પ્રારંભમાં ધર્મનો ઉત્કૃષ્ટ મંગલ તરીકે ઉલ્લેખ કરવામાં આવ્યો છે તેમ, તેના ત્રણ પ્રકારો અહિંસા, સંયમ અને તપ જણાવવામાં આવ્યા છે. (धम्मो मंगलमुक्किट्ठं अहिंसा संजमो तवो।)

ધર્મના ચાર અંગો તરીકે દાન, શીલ, તપ અને ભાવના સુવિખ્યાત છે.

પાંચ પ્રકારના ઉત્તમ આચાર તરીકે જ્ઞાનાચાર, દર્શનાચાર, ચારિત્રાચાર, તપાચાર અને વીર્યાચારની ગણના થાય છે.

દશ પ્રકારના યતિધર્મમાં પણ તપને ખાસ સ્થાન આપવામાં આવ્યું છે.

खंती[1] मुत्ती[2] अज्जवे[3] मद्दवे[4] लाघवे[5] सच्चे[6] /
संजम[7] तव[8] चेइयं[9] बंभचेरवासियं[10] ||

આત્મોન્નતિ માટે જે નવ પદો શાસ્ત્રકારોએ બતાવ્યાં છે, તેમાં પણ તેને વિશિષ્ટ સ્થાન પ્રાપ્ત થયું છે (૧) અરિહંત (૨) સિદ્ધ (૩) આચાર્ય (૪) ઉપાધ્યાય (૫) સાધુ (૬) જ્ઞાન (૭) દર્શન (૮) ચારિત્ર અને (૯) તપ.

તીર્થંકર નામકર્મ ઉપાર્જન કરવાનાં વીશ સ્થાનો બતાવ્યાં છે, તેમાં પણ તપની ખાસ ગણના થાય છે.

(૧) અરિહંતપદ (૨) સિદ્ધપદ (૩) પ્રવચનપદ (૪) આચાર્યપદ (૫) સ્થવિરપદ (૬) ઉપાધ્યાયપદ (૭) સાધુપદ (૮) જ્ઞાનપદ (૯) દર્શનપદ (૧૦) વિનયપદ (૧૧) ચારિત્રપદ

(૧૨) બ્રહ્મચર્યપદ (૧૩) ક્રિયાપદ (૧૪) તપપદ (૧૫) ગૌતમપ (૧૬) જિનપદ (૧૭) સયમપદ (૧૮) અભિનવ જ્ઞાનપદ (૧૯) શ્રુતપદ (૨૦) તીર્થપદ.

યેાગશાસ્ત્રમા કલિકાલ સર્વજ્ઞ શ્રી હેમચદ્રાચાર્ય તપને જ મનુષ્ય જન્મનુ મહાન ફળ ગણાવતા જણાવે છે કે—

अद्यश्वीन विनाशस्य, शरीरस्य शरीरिणाम्।
सकामनिर्जरासार, तप एव महत् फलम्॥

મનુષ્યોનુ શરીર કે જે આજકાલ વિનાશ પામવાનુ છે તેનુ મેાટુ ફળ એ જ છે કે સકામ નિર્જરા કરનારુ તપ કરવુ

[૨]

તપનો અર્થ

તપની વ્યાખ્યા જુદા જુદા ધર્મોમા જુદી જુદી રીતે કરવામા આવી છે કોઈએ અમુક વ્રતને જ તપ માન્યુ છે, કોઈએ વનવાસ, કદમૂળ ભક્ષણ કે સૂર્યની આતાપનાને જ તપ ગણ્યુ છે, તો કોઈએ કેવળ દેહ અને ઇદ્રિયોના દમનથીજ તપની પૂર્ણતા સ્વીકારી છે પરતુ તપના શુદ્ધ સ્વરૂપનો વિચાર કરતા આ વ્યાખ્યાઓ પૂર્ણ ગણી શકાય નહિ. જૈન ધર્મમા તપની વ્યાખ્યા નીચે મુજબ કરવામા આવી છે —

रसरुधिरमांसमेदो ऽस्थिमज्जशुक्राण्यनन तप्यन्ते।
कर्माणि चाशुभानीत्यतस्तपो नाम नैरुक्तम्॥

રસ, રુધિર, માસ મેદ, અસ્થિ, મજ્જા અને શુક્ર (વીર્ય) તેમજ અશુભ કર્મો જેનાથી તાપ પામે તે તપ કહેવાય છે મનતમ કે શરીર મન અને આત્મા ત્રણેની શુદ્ધિ કરે તેજ તપ કહેવાય

માનસિક શુદ્ધિ શરીરશુદ્ધિથી દુષ્કર છે, પરંતુ શરીર-શુદ્ધિ સાથે તેનો ઘનિષ્ઠ સબંધ છે શરીરમા રહેલુ વિકારોનુ વિષ દૂર થતા મન સહેજે શુભ વિચારોમા તલ્લીન બની શકે છે જેના પરિણામે સ્મરણશક્તિ તેજસ્વી બને છે અને પ્રસન્નતા, ગભીરતા, પ્રેમ, કરુણા વગેરે ભાવો ઉભરાવા લાગે છે, ઉત્સાહનો સુદર સ્રોત વહેવા લાગે છે અને આત્મશુદ્ધિની અજબ તમન્ના જન્મે છે

વ્રત, નિયમ, જપ સ્વાધ્યાય, સત્સગ, તીર્થયાત્રા એ બધા માનસિક શુદ્ધિ અર્થે જ યોજાયેલા છે, પરતુ આતરિક તપ એ બધામા શ્રેષ્ઠ છે

દેહશુદ્ધિ અને મનશુદ્ધિ થતા તમામ પ્રકારના રોગો નાશ પામે છે, દેહનુ સ્વરૂપ અત્યત તેજસ્વી બને છે, મુખ પર અલૌકિક તેજ વ્યાપી રહે છે અને અનેક પ્રકારની લબ્ધિઓ (Powers) ઉત્પન્ન થાય છે

જૈનશાસ્ત્રોમા તપથી ઉત્પન્ન થતી નીચેની લબ્ધિઓનુ વર્ણન મળી આવે છે —

૧ આમર્ષઔષધિ—હસ્તાદિના સ્પર્શ માત્રથી જ રોગીના રોગ દૂર થાય તેવી શક્તિ

૨ વિપ્રડૌષધિ—પેશાબ સુવાસિત અને ઔષધિરૂપ હોય

૩ શ્લેષ્મૌષધિ—શ્લેષ્મ „ „ , ,

૪ મલૌષધિ —ઝાડો , „ „ ,

૫ સભિન્નશ્રોતા—શરીરના સર્વ ભાગોથી સાભળી શકાય તથા એક ઇન્દ્રિયનુ કામ બીજી ઇંદ્રિયો વડે કરી શકાય તેવી શક્તિ

૬ ઋજુમતિ—બીજા માણસે કરેલા વિચારને સામાન્ય રીતે જાણી શકે તેવી શક્તિ

૭ વિપુલમતિ—બીજા માણસે કરેલા વિચારોને પૂર્ણ ઊંડાણથી જાણી શકે તેવી શક્તિ.

૮ સર્વૌષધિ—જેના પેશાબ, કફ, નખ વગેરે સર્વ અવયવો સુવાસિત હોય અને રોગ દૂર કરવાને સમર્થ હોય તેવી શક્તિ.

૯ વિદ્યાચારણ—એક જ પગલે હજારો માઈલ દૂર જઈ શકે તેવી શક્તિ.

૧૦ જંઘાચારણ—સૂર્યનાં કિરણોની મદદ વડે આકાશમાં ગમન કરવાની શક્તિ.

૧૧ આશીવિષ—કોઈપણ પશુ પ્રાણી મનુષ્યને શાપ આપવા વડે કરીને મારી નાખવાની શક્તિ.

૧૨ કેવળી—વસ્તુના ભૂત ભવિષ્ય ને વર્તમાન એ ત્રણે કાળ જાણવાની શક્તિ.

૧૩ કોષ્ઠબુદ્ધિ—જેને સૂત્ર અને અર્થ નિરંતર યાદ રહે તેવી સ્મરણશક્તિ.

૧૪ બીજબુદ્ધિ—એક જ અર્થ જાણીને ઘણા અનેક વિભાગને જાણી લે તેવી શક્તિ.

૧૫ પદાનુસારી—એક પદથી સ્વબુદ્ધિ વડે પણ અનેક જાણી લે તેવી શક્તિ.

૧૬ ક્ષીરાશ્રવ—જેની વાણીમાં ઉપમાનમ ક્ષીર [illegible] મીઠાશ હોય.

૧૭ મધ્વાશ્રવ—જેની વાણીમાં ઉપમાને મધ [illegible] મીઠાશ હોય.

૧૮ અમૃતાશ્રવ—જેની વાણીમાં ઉપમાનમ [illegible]

૧૯ અક્ષીણમહાનસી—એક જણ ખાય તેટનો ખોરાક હાથ અડાડવાથી ગમે તેટલા ખાય તો પણ ન ખૂટે તેવી શક્તિ.

૨૦ વૈક્રિય—શરીરને ગમે તેવડુ નાનુ મોટુ બનાવી શકે તેવી શક્તિ

૨૧ તૈજસ—શરીરમાંથી તેજોલેશ્યા મૂકી શકે ને ગમે તેવાને બાળી નાખે તેવી શક્તિ

૨૨ ગણધર—ગણધર પદ પ્રાપ્ત થાય તેવી શક્તિ.

૨૩ અર્હન્ત—અર્હન્ત પદની તમામ શક્તિઓ પ્રાપ્ત થાય તે અર્હન્તલબ્ધિ.

૨૪ ચક્રવર્તી—ચક્રવર્તીની તમામ શક્તિઓ પ્રાપ્ત થાય તે ચક્રવર્તીની લબ્ધિ.

૨૫ બળદેવ—બળદેવની બધી શક્તિઓ પ્રાપ્ત થાય તે બળદેવ લબ્ધિ.

૨૬ વાસુદેવ—વાસુદેવની બધી શક્તિઓ પ્રાપ્ત થાય તે વાસુદેવ લબ્ધિ

૨૭ વિદ્યાધર—અનેક પ્રકારની વિદ્યાઓ જાણનાર વિદ્યાધરપણુ જેનાથી ઉત્પન્ન થાય તેવી શક્તિ

૨૮ આહારક—જેના વડે ઔદારિક શરીરમાંથી આહારક શરીર બહાર કાઢી બહુ દૂર ગમન કરી શકાય તેવી શક્તિ

૨૯ આકાશગમન—આકાશમા ગમન કરવાની શક્તિ.

આ સિવાય બીજી પણ કેટલી- લબ્ધિઓના જૈન શાસ્ત્રોમા વર્ણન છે

આજે શરીરબલની મહાન શક્તિઓ જોઈ આપણે આશ્ચર્યમા પડી જઈએ છીએ, એવી તાકાતોને કોઇ દૈવીસહાય માન નાની ભ્રમણા મેરના લાગી જઈએ છીએ પણ વાસ્તવિક રીતે એ

૭ વિપુલમતિ—બીજા માણસે કરેલા વિચારોને ખૂબ
ઝીણવટથી જાણી શકે તેવી શક્તિ.

૮ સર્વૌષધિ—દાંત, પેશાબ, કેશ, નખ વગેરે સર્વ
અવયવો સુવાસિત હોય અને રોગ દૂર કરી
શકે ઔષધ જેવા તેવી શક્તિ.

૯ વિદ્યાચારણ—એક જ પગલે હજારો માઈલ દૂર જઈ
શકે તેવી શક્તિ

૧૦ જંઘાચારણ—સૂર્યના કિરણોની મદદ વડે આકાશમાં
ગમન કરવાની શક્તિ

૧૧ આશીવિષ—કોઈ પણ પશુ પ્રાણી મનુષ્યને શાપ
આપવા વડે કરીને મારી નાખવાની
શક્તિ.

૧૨ કેવલી—વસ્તુના ભૂત ભવિષ્ય ને વર્તમાન બધું જાણ
વાની શક્તિ.

૧૩ કોષ્ઠબુદ્ધિ—જેને સૂત્ર અને અર્થ નિરંતર યાદ રહે
એવી સ્મરણશક્તિ.

૧૪ બીજબુદ્ધિ—એક જ અર્થ જાણીને ઘણા અનેક
વિજ્ઞાન જાણી શકે તેવી શક્તિ.

૧૫ પદાનુસારી—એક પદથી સ્વબુદ્ધિ વડે બધું પુસ્તક
જાણી શકે તેવી શક્તિ.

૧૬ ચક્રવર્તી—જેની [illegible] [illegible] હોય તેવી
[illegible]

૧૭ બળદેવ—જેની [illegible] [illegible] જેવી
[illegible]

૧૮ વાસુદેવ—જેની [illegible] [illegible] જેવી
[illegible]

૧૯ અક્ષીણમહાનસી—એક જણ ખાય તેટલો ખોરાક હાથ અડાડવાથી ગમે તેટલા ખાય તો પણ ન ખૂટે તેવી શક્તિ.

૨૦ વૈક્રિય—શરીરને ગમે તેવડુ નાનુ મોટુ બનાવી શક તેવી શકિત

૨૧ તૈજસ—શરીરમાથી તેજોલેસ્યા મૂકી શક ને ગમે તેવાને બાળી નાખે તેવી શકિત

૨૨ ગણધર—ગણધર પ પ્રાપ્ત થાય તેવી શક્તિ

૨૩ અર્હન્ત—અર્હન્ત પની તમામ શક્તિઓ પ્રાપ્ત થાય તે અર્હન્તલબ્ધિ.

૨૪ ચક્રવર્તી—ચક્રવર્તીની તમામ શક્તિઓ પ્રાપ્ત થાય તે ચક્રવર્તીની લબ્ધિ.

૨૫ બળદેવ—બળદેવની બધી શક્તિઓ પ્રાપ્ત થાય તે બળદેવ લબ્ધિ.

૨૬ વાસુદેવ—વાસુદેવની બધી શક્તિઓ પ્રાપ્ત થાય તે વાસુદેવ લબ્ધિ

૨૭ વિદ્યાધર—અનેક પ્રકારની વિદ્યાઓ જાણનાર વિદ્યાધરપણુ જેનાથી ઉત્પન્ન થાય તેવી શકિત

૨૮ આહારક—જેના વડે ઔદારિક શરીરમાથી આહારક શરીર બહાર કાઢી બહુ દૂર ગમન કરી શકાય તેવી શક્તિ

૨૯ આકાશગમન—આકાશમા ગમન કરવાની શકિત.

આ સિવાય બીજી પણ કેટલીય લબ્ધિઓના જૈન શાસ્ત્રોમા વર્ણન છે

આજે શરીરબલની મહાન શક્તિઓ જોઈ આપણે આશ્ચર્યમા પડી જઈએ છીએ, એવી તાકાતોને કોઇ દેવીસહાય માન નાની ભ્રમણા સેવવા લાગી જઈએ છીએ પણ વાસ્તવિક રીતે એ

"આ બારે જાતની તપશ્ચર્યા એ શુદ્ધ કરેલી રસાયણુ છે આજના વૈજ્ઞાનિક જમાનાએ બાયોકેમિસ્ટ દવાઓની શેાધ કરી બાર જાતના ક્ષારથી તમામ દર્દો નાબુદ કરવાની હિંમત કરી છે, તેમાથી અનતગુણુ ખાતરીવાળી—જ્ઞાની પુરુષોએ અનુભવથી સિદ્ધ કરેલી આ પણ બાર જાતની રસાયણુ છે"

આ અભ્યતર તપશ્ચર્યા અને બાહ્ય તપશ્ચર્યા, જેને 'જ્ઞાની પુરષોએ અનુભવથી સિદ્ધ કરેલી અનતગુણી બાર જાતની રસાયણુ' કહેવાય છે, તેના બારમાથી એક એક ભેદ પર પણ ચર્ચા કરવા જતાં ગ્રથના ગ્રથ ભરાય, એવી તેની મહત્તા છે એમા શરીર, મન અને આત્માને વિકસાવનાર મહાન તત્ત્વોનો ખજાનો છુપાયેલો છે, ને કોઈક અનુભવી તેની મજા માણી કે કથી શકે છે અત્રે તે બાર અગોનુ સક્ષેપમા ક્રમસર વિવેચન કરીશુ

[૫]

અણુશણુ તપ

અશન, પાન, ખાદિમ અને સ્વાદિમ આ ચારે પ્રકારના આહારનો ત્યાગ કરવો તેને અણુશણુ કહે છે અશન એટલે રોટલી-ભાત વગેરે ભોજન પાન અર્થાત્ દૂધ-પાણી-શરબત વગેરે પીવાની વસ્તુઓ ખાદિમ એટલે ફળ-મેવો વગેરે વસ્તુઓ, સ્વાદિમ એટલે લવીંગ એલાયચી વગેરે મુખવાસ

આ અનશનના ૨ ભેદ છે [૧] ઇત્વરિક—મર્યાદા યુક્ત [૨] નિરવકાક્ષ—જિંદગી પર્યંત

મર્યાદાયુક્ત અણુશણને સામાન્ય રીતે ઉપવાસના નામ થી જ ઓળખવામા આવે છે

જોઈએ, ક ઉપવાસ કર્યાથી અર્થાત્ ભૂખ્યા રહેવાથી આપ ે દુબળા થઇ હાલવુવાન થવાના નથી જ, અથવા તેા થેાડીક વારમા જમીન પર ટૂટી પડી મરી જવાના પણ નથી જ, એવેા કાઈ પણ ભય રાખશેા નહિ. લેાકેામા એવી રીત મનાતુ આવ્યુ છે, કે થેાડેા વખત પણ ભૂખ્યા રહેવાથી માણસ મરી જાય છે, અને એનુ જો મનથી માની લીધેલુ હેાય તા જરૂર તે માણસ ભૂખ્યેા રહેવાથી મરી જાય પણ ખરેા જે માણસને ઉપવાસનુ જ્ઞાન નથી, જેને તે વિષેનેા મહ જ ખ્યાલ નથી, તેવેા માણસ જો સાત કે દશ દિવસ ઉપવાસ કરે તેા મરણ પણ પામે કારણ કે તેણે મનથી માની લીધુ છે કે જે માણસ તેટલી લાબી મુદત સુધી ભૂખ્યેા રહે તેા જરૂર મરણ પામે. એ ઉપરથી મનનેા શરીર ઉપર કેટલેા કાબૂ છે, તેનેા નિશ્ચય થાય છે આ તરફ મારે તમને ભાર મૂકીને કહેવુ જોઈએ છે, કે જેમ મનથી ઉપદ્રુ (ખેાટુ) કામ થાય, તેવી જ રીતે બીજી તરેહનુ સારુ કાર્ય પણ મનથી કરી શકાય છે, અને જો તમે મનની શકિત પ્રબળ છે એવુ ખાત્રીથી માનેા, તેા ફક્ત મનથી જ ગમે એવી ભયકર માદગી માથી સાજા થઈ શકેા અને મને સાજા થવાને માટે દઢ સકલ્પ કીધેા, એ જ મનની બીજી શકિત છે

"ટૂકમા, ઉપવાસથી સાજા થવુ હેાય તેા તમારે સૌથી પહેલા ઉપવાસ મ બધી બધી જાતની ધાસ્તી અને ફીકર મનમાથી કહાડી નાખવી."

ઉપવાસની જરૂર અને ઉપવાસ કેવળ મનની શકિત પર આધાર રાખે છે, એ વાતનેા વિસ્તાર દેાર્યા બાદ, એ જ લેખક ઉપવાસથી શરીર પર શુ અસર થાય છે, તે વિષે ચર્ચા કરતા આગળ જણાવે છે કે

ઉપવાસથી અતિશય ઉત્તમ ફાયદા થયેલા અને જાણીતા દાખલા નીચે જણાવું છું. એવાં ઘણાં દૃષ્ટાંતો અને અનુભવ એવો પુરાવો આપે છે કે ઉપવાસ દરમ્યાન સુધારો ઉત્તમ થયો, અધુરાપણું મટી ગયું અને ઉપવાસ પછી મુખ્યત્વે દરેક અંગ ઘણું જ સારું થયું અને વધારે તાકાત આવી. નીચે જે એક ખાસ બનાવ બન્યો છે તે પણ એ દેખાડે છે કે ઉપવાસની પદ્ધતિ જ સાચી છે. પ્રથમ ત્રણ દિવસ કરતાં વધુ આવવાથી એ એકંદર બહુ સારી રીતે થયા નહિ અને પછીથી પણ તે બધા કરતાં વધુ અને પુષ્કળ તાકાત મેળવી. ... સાધારણ કામ કરતાં હતાં તેમાં (ઉપવાસ વખતે) પેટનું કામ ઉપવાસની બાબત છે, અઠવાડિયું મીઠું ધીમે ધીમે ખોરાકને ખ્યાલ રાખવાને બદલે તેવા લોકોને બહાર કાઢવાનું કામ કરે છે, કે જે શરીરને તદુરસ્ત રાખે છે અને ઉપવાસમાં દરદ મટે છે, તેનું મુખ્ય કારણ આ જ છે.

* સાધારણ ભારી તંદુરસ્તીવાળા મનુષ્યના એકાદ ટંક (ખાણું) ખરાબ હોય એટલે નહિ, પણ એ ખરાબ ખોરાક લીધા પછી તો જાણવું કે દરદની નીશાની છે અને જ્યારે દરદની ઉપલી બધી નીશાનીઓ જણાય, તો પણ તમો તે ઉપર ધ્યાન આપો નહિ અથવા બેદરકાર રહો તો તમારે ખાત્રીથી જાણવું કે એક વખત એવો આવશે કે જ્યારે તમારું દરદ વધી જઇ ટુંક વખતમાં વધારે ભયંકર થશે કે જેથી પણ ખરું મરણ પણ નીપજશે અથવા જૂનું રોગ [Chronic] દરદ ઉત્પન્ન કરશે કે જેમાંથી સાજા થવાનું ઘણું જ મુશ્કેલ અથવા કેટલાક અશક્ય થઇ પડશે. તમો ખાસ કરીને સાધારણ રીતે એટલે કે આજની પશ્ચિમ તરફની Allopathy નામની વૈદક વિદ્યાની

ચાનુ રીતે જો ઇલાજો લીધા કર્યા તો તે ઇલાજો સાથે થોડો-ઘણો પણ ખોરાક આપવાની રૂઢિ હોવાથી મરણ ચોક્કસ નીપજવાનુ જ

"જ્યારે તમે દુખથી પીડાતા હો ત્યારે ખોરાક લઇ તમારી હોજરીને તકલીફ આપવી એ ખરેખર એક ગુન્હો જ છે આ વાત ખોટી છે, એમ પુરવાર કરવા માટે કોઈ પણ ડૉકટર અથવા વિજ્ઞાનશાસ્ત્રી [Scientist] ને હુ ખુશી ચેલેંજ કરું છુ (એમ મેકફેડન કહે છે) જ્યારે તમે સખત દરદથી પીડાતા હો, જેવા કે ફેફસાંનો વરમ (Pneumonia) તાવ વગેરે વગેરે, ત્યારે ચોક્કસ માનજો કે તમારી નાડ તમારા હાથમા જ છે, આ બધા દરદો જાતજાતના ચિન્હો છે, તેનો અભ્યાસ કરો, તેઓ જે ચેતવણી આપે છે તે શીખો અને જેવા તે ચિન્હો નજરે પડે કે તરત જ ઉપવાસની રીત ચાનુ કરો આ એક ઉપાયથી કરીને ઘણાક વિકટ દરદોને તમારા ઉપર ધસી આવતા તમે અટકાવી શકશો, અને એ ઉપાયની સાથે સાથે બીજા સભાળના ઉપાયો લેતા જશો, તો તમારે ખાત્રીથી જાણવુ કે, આન્તરી પડવુ એ તમારે માટે એક અસાધારણ બનાવ થઈ પડશે.

"મને યાદ છે કે મારી જિંદગીમા મારા ઉપર "ન્યુમોનિયા" [ફેફસાનો સોજો] વગેરે દરદોના ચિન્હોએ તો ઘણીક વખતે હુમલો કર્યો હતો, પણ જેવા તેઓ મને આવવા લાગ્યા કે તરત જ, ચાર કે છ અઠવાડિયા સુધી દુખી થઈ ખીછાને પડી રહેવાને બદલે, તેમ થાય તે આગમચ, આખરી રીત હું અખત્યાર કરતો, જેથી ૩ થી ૫ દિવસમા હું તેઓનો છેડો આણી શક્તો. એવી જ રીતે દરેક ગભીર દરદોમા પણ થઇ શકે

'જ્યારે તમને લાગે કે તમે થાકી ગયા છો અને તમને સુસ્તી જેવું લાગે, ત્યારે તમારા મુત્રાશય (kidneys) તેઓનું

દુશ્મન નથી, અને એ દુશ્મન નથી જ, એ વાત હું તમારા મન ઉપર ખાસ ઠસાવવા માંગુ છુ તે કાઇ રાત્રે ભરાઇને આવતા ચેાર તરીકે છુપાઇને આવતુ નથી, તેમજ તે કાઇ તમને હેરાન કરવા આવતુ નથી તે તમને ફાયદેા કરવા આવે છે તે ઘણાખરા દાખલાઓમા તમારા સ્થૂલ શરીરને સાફ કરવાને માટે જ આવે છે

"દરદ માત્ર એક જ છે અને તે સેકડેા જૂદા રસ્તાથી થઇ આવે છે તેના હજારેા ચિન્હો દેખાય છે વૈદ લેાકેા તે ચિન્હોને તરેહવાર નામેાથી ઓળખે છે, અને તે ચિન્હોને જૂદા જૂદા દરદેા તરીકે નામ આપવામા આપે છે, પણ તે બધા એક જ દરદના 'પરિણામ' છે અને અભ્યાસથી અથવા વ્યવહારેાપયેાગી રીતથી અથવા કુદરતી ઉપાયેાથી જેઓ આરેાગ્ય પ્રાપ્ત કરવામા સમજે છે, તેવેા દરેક મનુષ્ય માને છે કે દરદ માત્ર એક જ છે અને તે દરદ બહારની (Foreign) ચીજોથી એટલે કે નાલાયક ચીજો શરીરના લેાહીમા જવાથી થાય છે

'શરીરના જે જે અવયવેા લેાહી બનાવવાનુ કાર્ય કરે છે કે જેમા ખરી જીવનશક્તિ રહેલી છે, તેઓ દરદ થાય ત્યારે જાણવુ કે પેાતાની ફરજો બરાબર બજાવતા નથી. તેથી લેાહીમા જે કચરેા ભેગેા થયેા છે તેને સાફ કરવા તે કચરાને બહાર કહાડવેા જોઇએ પરતુ જ્યારે આ કામ બજાવનારા અવયવેા અશક્ત થાય છે અને વિષમય પદાર્થને લેાહીમાથી બહાર કહાડી શક્તા નથી ત્યારે મુશ્કેલી પડે છે, ત્યારે ગુચવણુ ઊભી થાય છે ને ત્યારે શરીરના અગત્યના અવયવેાના કાર્યમા ખલેલ પેદા થાય છે એ અવયવેા શરીરમાથી એ ઝેરેાને ધકેલી કહાડવાને અશક્ત થાય છે, ત્યારે તમારી જિદગી બચાવવાના ખરા ઇલાજ તરીકે તે

ઝેરોને બહાર કાઢવાને માટે અવયવોને તેઓનું હમેશનું [ખોરાક પચાવવાનું] કાર્ય કરતા અટકાવી રોગ દૂર કરવાના કામમાં રોકવાની તમને સૂચના કરવા માટે 'દર્દ' દેખા દે છે' આ પ્રમાણે દર એક મદદગાર દોસ્ત છે"

આમ પ્રસ્તુત ચર્ચાકાર રોગ કે દર્દને અશુભ તરીકે ન ઓળખાવતા મનુષ્યના મિત્ર તરીકે ઓળખાવે છે ને એ દર્દને નાબૂદ કરવા ઉપવાસનો ઉપાય બતાવતા જણાવે છે કે

"હવે તો ૪૦ થી ૫૦ દિવસના ઉપવાસ કરવાનું (અમે રીમામાં) સાધારણ થઈ પડયું છે અને જેઓએ એટલા ઉપવાસો કીધા છે, તેઓને હું મળ્યો છું લાંબામાં લાંબો ઉપવાસ મે જે સાંભળ્યો છે તે સિત્તેર (૭૦) દિવસનો હતો. જો કે અજાયબ જેવું લાગશે પણ ઉપવાસ એ જ અશક્તિ અને ખાઉધરા થવાથી થતા દરદોને સાજા કરવાનો ઇલાજ છે એક પૂર્ણ ઉપવાસ કર્યા પછી શરીર પોતાની મેળે પોતાનો ખરો (ideal) નમુનેદાર વજનનું પ્રમાણ મેળવે છે '

આ રીતે મર્નાર મેકફેડન અમેરિકાનો પોતાનો અનુભવ કહે છે, પણ હિંદમાં તેનાથી પણ વધુ તપશ્ચર્યા કરનાર જૈનસાધુઓ આજે મોજુદ છે ભાંગીમાં હમણાં જ એક સ્થાનકવાસી મુનિએ લગભગ સો જેટલા ઉપવાસ કર્યા હતા સીત્તેર ને એંશી ઉપવાસ કરનાર બીજા ઘણા સાધુઓ ઘણીવાર જોવાએલા છે માસખમણ તો આજે લગભગ પ્રચલિત જેવું થઇ ગયું છે *

જૈનોની છાપ તપશ્ચર્યા માટે તો પરાપૂર્વથી જ છે સમ્રાટ અકબરને જૈનધર્મ વિષે રસ લેવાનો પ્રથમ પ્રસંગ પણ એક યુવાન બાઇની તપશ્ચર્યાઅંગેજ સાંપડયો હતો અને વધુ આશ્ચર્ય જેવી વાત એ છે કે જૈન સાધુઓ કે ગૃહસ્થો આવી

* મુનિશ્રી મિશ્રિલાલજી પણ ઘણા ઉપવાસો કરવાની શક્તિ ધરાવે છે

તપશ્ચર્યા કરવા છતા, ઉપવાસો જ ઉપવાસો એ ચવા છતા, રોજના પોતાના ધાર્મિક ક્રિયાકાંડને જાળવી રાખે છે એટલે જેઓ તપથી શરીરને નિષ્ક્રિય થતું માને છે, તેઓને આ વાત ઉદાહરણ રૂપ બને છે

આ બાબતમા બીજા પણ પાશ્ચિમાત્ય વિદ્વાનોના અનુભવો જોઇએ

"અમેરીકાનો પ્રસિદ્ધ તબીબી લેખક મી સીંકેર જણાવે છે કે 'મારુ કુદરતી મજબૂત શરીર બેકાયદેસર ખોરાક ખાવાથી ભાગી પડ્યુ હતુ હુ કદી દારુ પીતો ન હતો અથવા ચ્હા કે કાફી પણ લેતો ન હતો અને એક ચુસ્ત વેજીટેરીયન (અન્નફળ–શાક–આહારી) હતો, પણ ઘણુ ખાવાથી તેમજ વખતસર ન ખાવાની બેદરકારીથી મને અજીર્ણ (dyspepsia) નો રોગ થઇ આવ્યો અને તે પછી મને તરેહવાર જાતના દર્દો થવા લાગ્યા અંતે જ્યારે એવુ થયુ કે માત્ર દૂધ પણ મને પાચન થઇ શક્યુ નહિ ત્યારે મે ઉપવાસના ઇલાજની તપાસ લેવાનો વિચાર કર્યો પહેલા ચાર દિવસનો મારો અનુભવ નીચે મુજબ છે—

"પહેલે દિવસે મને અતિશય ભૂખ લાગી તે અકુદરતી આગના જેવી ભૂખ હતી, જેને દરેક અજીર્ણથી પીડાતો માણસ પીછાને છે બીજી સવારે મને થોડી- જ ભૂખ છુટી અને તે પછી મારી મોટી અજાયબી વચ્ચે જોયુ કે મને ભૂખ લાગી જ નહિ, કોઇ પણ જાતનો ખોરાક જાણે મે કદી પણ લીધો જ ન હોય તેમ ખોરાક પર અરૂચિ જ થઇ ગઇ.

"ઉપવાસની આગમચ મારુ માથુ ૨–૩ અઠવાડીઆં સુધી ચાલુ દુખ્યા કરતુ હતુ તે ઉપવાસના માત્ર પહેલા જ દિવસે દુખ્યુ, કે જે પછી પાછુ દુખ્યુ જ નથી.

"બીજે દિવસે મને ઘણી નબળાઈ થઈ હોય એમ લાગ્યું અને ઉઠતાં મને સહેજ ચક્કરી આવે તેમ થયું. હું ઘરમાંથી બહાર ગયો અને આખો દિવસ સૂર્યપ્રકાશમાં બેસીને વાંચવામાં કાઢ્યો. એવી જ રીતે ત્રીજા અને ચોથા દિવસ સુધી શરીર જાણે લુસ થઈ ગયું હોય તેમ મને લાગ્યું. પરંતુ તે જ વેળા મારા મનની શક્તિ વધી હોય તેમ લાગ્યું. પાંચમા દિવસ પછી મને શક્તિ આવવા માંડી અને મજબુતાઈ થઈ. આખો ચકરાતા પગે ચાલી શક્યો અને વળી લખવાનું કામ પણ મેં કરવાનું શરૂ કર્યું. એ અનુભવમાં મને જે વધુ અજાયબી લાગી તે મારા મનની ચપળતા સંબંધી હતી. મગજ કે ઘણાં વર્ષો દરમ્યાન મેં કોઈ પણ વખતે વાંચ્યું લખ્યું હોય તેના કરતાં વધુ મગજનું કાર્ય આ દિવસોમાં હું કરી શક્યો હતો.

"પહેલા બાર દિવસમાં મારું વજન ૧૫ રતલ ઘટ્યું. પણ તેનું કારણ વિચારતાં મને પાછળથી માલમ પડ્યું કે મારા શરીરના સ્નાયુ ભાગો [tissues] ઘણા જ નબળી હાલતમાં આવી ગયેલા હતા તેથી મારું શરીર એટલું બધું વજનમાં ઘટી ગયું. તે પછી આઠ દિવસમાં માત્ર બે રતલ જ વજન ઘટ્યું કે જે અસાધારણ બનાવ કહેવાય. ઉપવાસના બધા દિવસોમાં હું સારી રીતે ઉંઘતો હતો. દરરોજ બપોરના મને નબળાઈ લાગતી પણ માત્ર ચંપી કરાવ્યાથી અને ઠંડા પાણીએ સ્નાન કરવાથી પાછી તાજગી જણાતી.

અગિયાર દિવસ સુધી સહેજ પણ ખોરાક ન લેતાં અને પીવામાં માત્ર પાણી સિવાય બીજું કાંઈ ન લેતાં તે દિવસે મને જણાયું કે આસ્તે મારા પગમાં થાક ચડવા લાગ્યો પણ મને શાંત રહેવાનું પસંદ ન હોવાથી મેં બારમે દિવસે નારંગીનો રસ પીને મારો ઉપવાસ ભાંગ્યો. બે દિવસ સુધી

મે નારંગીનો રસ માત્ર પીધા કીધો, તે પછી મી બર્નાર મેકફેડનની સલાહ મુજબ દૂધનો ખોરાક લેવાનુ શરૂ કર્યું પહેલે દિવસે દર કલાકે, એકેક ગ્લાસ ગરમ દૂધ પીવા લાગ્યો, બીજે દિવસે દર પોણા કલાકે પીધુ અને તે પછી અર્ધા કલાકે લીધુ—યાને આઠ ક્વાર્ટસ [quarts] એટલે આશરે બાર બાટલી ભરીને દૂધ દિવસમા પીતુ એ જો કે શરીર જીરવી શકે તેના કરતા વધુ ગણાય ખરુ પણ એ વધારાનો પ્રવાહી જથ્થો અંદરના અવયવોને ધોઇ નાખી [flush] સાફ કરે છે અંદરના ઝીણા (Tissues) સ્નાયુ ભીંજાઇને પોષણ મેળવે છે અને અસાધારણ જાતની ક્ષણીક પુષ્ટિ શરીરમા આવી હોય એવુ આપણને લાગે છે મારા પોતાના દાખલામા, એક દિવસમા સાડાચાર રતલ હુ વધ્યો, કે જે ઉપવાસ પછીના બીજે દિવસ હતો, ને પછી ચોવીસ દિસમા હું બત્રીસ રતલ વધ્યો

'પહેલા તો, મારામા એક અસાધારણ જાતની શાન્તિ પેદા થઇ, જાણે કે શરીરનો દરેક થાકી ગયેલો તંતુ, એક બિલાડી સગડીની પાસે બેસીને નિરાંત લેતી હોય તેમ, નિરાંત ભોગવતો હોય એવુ મને લાગ્યુ બીજો ફેરફાર એ થયો, કે મારા મનની અતિ તીક્ષ્ણ જાતની ચપળતા થઈ હું લખવા વાચવાનું કાર્ય ને બધું કામ નિરંતર ચાલુ રાખવામા જ આનંદ પામતો અને છેવટે શારીરિક શ્રમવાળુ કાર્ય પણ કામ કર્યા કરવાને મનમા ઉત્સાહ થયા કરતો ”

આ પહેલી તપસ્યા પછી મી સીન્કલેરના અજીર્ણથી થયેલા નબળા દેખાવ તદ્દન નાબુદ થયા હતા, અને મો ઉપર પણ ભારે સુનામી રંગ થઇ, મુખ ગુલગોટા જેવુ થયુ હતુ તો પણ તેઓ એટલેથી સતોષ વળ્યો નહિ તે કહે છે કે—

' એક પૂર્ણ [પુરેપુરી] તપસ્યા મે હજી કરી ન હતી, એટલે કે જ્યાસુધી આપોઆપ ભૂખ લાગે ત્યા સુધી મે ઉપવાસ ચાલુ રાખ્યો નહતો [માત્ર પગ દુખવા લાગ્યા તેથી જ પહેલી તપસ્યા છોડી હતી] માટે હવે મે બીજી તપસ્યા કરવાનુ શરૂ કર્યું એ વેળા મે નાની તપસ્યા જ કરવા ધાર્યું હતુ, પણ ભૂખ બિલકુલ જતી રહી, અને મારી અજાયબી વચ્ચે મે જોયુ કે આગળના જેવી નબળાઈ આ વેળા મને જરાએ લાગી નહિ. હુ રોજ ઠંડા પાણીએ બેવાર નાહાતો અને ખૂબ ઘસીઘસીને અંગ લુછી નાખતો. ? સવારે ચાર માઇલ ચાલતો અને તે પછી થોડીક હલકી કસરત કરતો અને તે વેળા હુ ઉપવાસ કરુ છુ અથવા ખોરાક ખાતો નથી એવો ખ્યાલ મુદ્દલ આવતો નહિ. આઠ દિવસમા નવ રતલ હુ ઓછો થયો અને તે પછી આઠ દિવસ મે નારંગી અને અંજીર ઉપર કહાડયા અને મારું વજન એથી જ મેળવ્યુ મને કદી માથુ દુખવાની ફરીઆદ કરવી પડી નહોતી હુ ઉઘાડે માથે વરસાદમા બહાર જતો અને ઠંડો પવન ફૂકાય તો એ હવામા બેસતો ઠંડી તો જાણે મને કાંઇ અસર જ કરી શકતી ન હતી અને સૌથી વધુ જાણવાનુ તો એ છે કે મારામા કોઇ એવી શક્તિ ભરાઇ ગયેલી જણાઇ કે જેથી મારાથી એક મિનિટ પણ ઇધર્ઉધર્ વિના રહી શકાતું નહિ. નવરાશની એકાદ મિનિટ મળતા (બીજુ કાર્ય ન હોવાથી) હુ ગુલાટ ખાતો યા તો માથા ઉપર ઊભો રહેતો, એવી તરહવાર શારીરિક ચપળતા મારા શરીરમા બહુ જ ઉભરાઇ નીકળી

સૌથી વધુ અગત્યની અને પુરતો ભરોસો લોકોને આવે એવી વાત તો, કારનેજી ઇન્સ્ટીટ્યુશન" (Nutrition Laboratory of the Carnegie Institution of Washington) કે જ્યા ઉપવાસની તપાસ પુરતી લેબ-

વાઇ સાથે અને મોટા પાયા ઉપર "સાયન્ટીફીક" રીતે કેટ લેાક વખત થયા ચાલુ થઇ છે, તેમા કરવામા આવેના અખતરાઓ છે વાચનારને ખબર હશે કે મી. કારનેજીએ 'વિદ્યા' (સાયન્સ) ની શોધખોળો માટે ઉપલુ મહાન ખાતુ સ્થાપવાને લગભગ નવ કરોડ જેટલા રૂપિયા આપ્યા છે તે ખાતાનો વડો પ્રોફેસર ફ્રાન્સીસ ડી બેનીડીક્ટ (Frances D benedict) છે, કે જે મહુ આગળ વધેલો અને ઉમગી 'સાયન્ટીસ્ટ" છે એ પ્રોફેસરે એક એવો સચો અથવા કહો કે એક ઓગરો બનાવ્યો છે, કે જેની અદર કોઇ પણ માણસ દાખલ થાય તો તેના શરીરના બધા અવયવોના કાર્યોની હીલચાલોની નોધ લેવાય છે, દમ કેમ ચાલે છે, લોહી કેમ ફરે છે, તેમજ દરેક અવયવ કેમ કાર્ય કરે છે તેની બારીકમા બારીક નોધ તે સચો સપૂર્ણ રીતે રાખે છે

' ખુ આ સસ્થાના કેટલાક અભ્યાસીઓ ઉપર જ આ ઉપવાસના અખતરા કર્યા છે, એટલુ જ નહિ પણ કેટલાક બીજા બહારના માણસો ઉપર પણ તે અખતરા કરીને તે પ્રોફેસરે એવુ નક્કી કર્યું છે, કે કોઈ પણ સાધારણ માણસ એથી સાત દિવસ બિલકુલ ખોરાક વિના માત્ર પાણી ઉપર રહી શકે, અને તેથી તેને કોઇ પણ એવુ નુકસાન કે ઇજા થતી નથી ઉપવાસ કરતા તે માણસ રોજ દિવસે એક રતલ વજન ગુમાવે છે પણ ઉપવાસ ભાગ્યા એટલે કે પાછો ખોરાક લેવાનુ શરૂ કર્યા પછી, ગુમાવેલા વજનથી બમણુ વજન તે મેળવે છે અને (પ્રો. બેનીડીક્ટ કહે છે કે) વજન પાછુ મેળવવાનુ કાર્ય ઘણીજ ઝડપથી થાય છે

"સાત દિવસના ઉપવાસથી એવુ પુરવાર થાય છે કે, ૮૧ (grammes) ગ્રામ નાઈટ્રોજન (nitrogen) ના

ઘસારાનો ખાડો પૂરે છે, જ્યારે વગળયત્ર તેમ કરી શકતું નથી

"એક માણસને ઉપવાસ કરાવીએ ત્યારે તે જેવી તંદુરસ્તીમાં હોય છે, તેથી વધારે તંદુરસ્ત અને વધારે શક્તિવાળો, ૧૦-૨૦ કે ૩૦ ઉપવાસ પછી, તે થાય છે ઘણાને આ વાત હસવા જેવી લાગશે, પણ મે (ઉપર કહેલા અમેરીકન પત્રના અધિપતિએ) પ્રયોગો કરીને જોયુ છે કે કેટલાક માણસો પહેલા ઉપવાસે નીસરણી પર ચડવાને શક્તિવાન નથી હોતા પણ ત્રીશમે ઉપવાસે વિશ્રના પાંચ માઈલ પ્રમાણે ચાલી શકે છે આથી જણાય છે કે શક્તિ રોજ લેવાતા ખોરાકમાથી મળે છે એવી માન્યતા ભૂલભરેલી છે ખોરાકનું કર્તવ્ય માત્ર એટલું જ છે કે શરીરને આખા દિવસમા લાગેલો ઘસારો પૂરો પાડવો, એટલે કે કસરતથી ત્રુટેલા સ્નાયુઓને ટટાર કરવા કોઈ પણ જાતનો ખોરાક જીવંત શરીરને ઉષ્ણતા અથવા શક્તિ આપી શકતો જ નથી એ ઉષ્ણતા અને શક્તિ તદ્દન જૂદી જ રીતે મળે છે શારીરિક શાસ્ત્રના અભ્યાસીઓ સહાયના દેખાવોથી ભૂલભરેલી માન્યતામા પડેલા છે ઉષ્ણતા અને શક્તિ ખવાતા ખોરાકમાથી નહિ પણ ઉંઘ અને આરામમાથી આવે છે ઉંઘના કલાકોમા મનુષ્ય-શરીર, ગ્રહણ કરવાની સ્થિતિ (Receptive Attitude) મા હોય છે અને તેના અવયવો એટલે કે સ્નાયુઓ વગેરે સર્વવ્યાપક શક્તિ (All Pervading Cosmic Energy) વડે ભરાઈ જાય છે આ શક્તિમા—આ શક્તિની અંદર આપણે જીવીએ છીએ હરીએફરીએ છીએ અને રહીએ છીએ આ શક્તિ ઉંઘમા જ્યારે આપણું શરીર ગ્રાહક ગુણ ધારણ કરે છે ત્યારે તેમા દાખલ થાય છે અને તેથી જ સવારમા આપણે જાગીએ છીએ, ત્યારે આપણામા નવું ચેતન

ન્ય આવ્યુ હેાય એમ આપણને લાગે છે

"ખોરાકથી અગ્નિ પણ ઉત્પન્ન થતી નથી. તે ગરમી પણ ચૈતન્યની જ છે મડદાની અંદર ગમે તેટલો ખોરાક નાંખવામાં આવે તેા પણ તેમા ઉષ્ણતા લાવી શકાશે નહિ. તદુરસ્ત સ્થિતિને માટે જેટલી ઉષ્ણતા જોઈએ, તેટલી ઉષ્ણતા ન હેાવાની ફરીયાદ જે લેાકો ઘણા વર્ષો થયા કર્યા કરતા હેાય છે, તે લેાકો જે ઉપવાસ કરે છે તેા જોઇતી ઉષ્ણતા તેમને આવી મળે છે શરીર તે શકિત ઉત્પન્ન કરવાનુ યંત્ર નથી, પણ શકિતને એક જગ્યાએથી બીજી જગ્યાએ લઇ જવાનુ કામ કરનારુ યંત્ર છે તે યંત્ર ઉંઘ અને આરામના કલાકોમા શકિત મેળવે છે અને જાગૃત અવસ્થામા તે શકિત ખૂટાડે છે

"ઉપવાસ અને લાઘણ એ તદ્દન એક બીજાથી વિરુદ્ધ સ્થિતિઓ છે, દાખલા તરીકે કુદરતના કાયદા વિરુદ્ધ ચાલવાથી જેના શરીરમા બગાડો થયો છે, એવો એક માણસ ઉપવાસ કરવા લાગે છે, તે માત્ર પાણી પીને જ ચલાવે છે તેના મળ-શુદ્ધિના અવયવેા હમેશા ગતિમાન રહેતા હેાવાથી શરીરની અંદરનો સઘળેા કચરેા થેાડા વિસમા નીકળી જાય છે જેમ જેમ કચરેા નીકળતેા જાય છે તેમ તેમ તેની નાડી અને ઉષ્ણતા સરખી સ્થિતિએ આવી જાય છે અને તેનેા શ્વાસ સુગંધીદાર બને છે તેને તન્દુરસ્ત ભૂખ લાગવા માંડે છે, અને એ ભૂખ જ ખરી ભૂખ સમજવી

"પછી તે માણસ આસ્તે આસ્તે ખેારાક લેવેા શરૂ કરે છે, અને તે ખેારાક તે જીરવી શકે છે તથી તેનું મૂળ વજન નાબુદ થાય છે જ્યારે ઉપવાસ શરૂ કર્યા ત્યારે તેનુ જે વજન હતુ તે

કરતા હમણા તેનામા ઘણુ બળ આવેલુ તેને લાગે છે આમ થવાનુ કારણ એ છે કે તેના યંત્રો મનગહિત—શુદ્ધ થવાથી પહેલા કરતા વધુ શક્તિ તે યંત્રોદ્વારા કામ કરી શકે છે

"ઉપવાસ એ એક શાસ્ત્રીય (Scientific) યોજના છે, કે જે નડે રોગીષ્ટ સ્નાયુ અને કચરો શરીરમાથી દૂર કરાય છે ઉપવાસનુ પરિણામ હમેશા લાભકારક હોય છે લાંઘણ અથવા ભૂખમરો એ તે સ્થિતિના નામ છે, જે સ્થિતિમા સ્નાયુને જોઇતુ પોષણ મળતુ ન હોય લાંઘણ અથવા ભૂખ મરાનુ પરિણામ હમેશા નુકસાન આવે છે ઉપવાસનો છેડો ત્યારે આવે છે, કે જ્યારે કુદરતી ભૂખ ઉત્પન્ન થાય છે, અને લાંઘણની શરૂઆત ત્યારે થાય છે કે જ્યારે કુદરતી ભૂખ ખોરાક માગે છે ઉપવાસનુ પરિણામ શક્તિની પુનઃ પ્રાપ્તિમા આવે છે ત્યારે ભૂખમરાનુ પરિણામ મોતમા આવે છે એમની શરૂઆત આગળ બીજાનો છેડો છે।

ડો. ડેવી (Dr Dewey) સુંદર શબ્દોમા કહે છે કે સિવાય આદમીના પેટમાથી ખોરાક નહી લઈ લો તો તમે તે બિમારને નહિ પણ દરદીને ભૂખે મારનારા ગણાશો ' ઉપવાસની ફીલસુફી અને ઉપવાસના સાધનનુ અંદર રહસ્ય આ થોડા શબ્દોમા સમાઈ દીધુ છે

બિમારનુ બળ જતુ ન રહે એટના માટે એને માઈ નહિ તે માઈ ખવરાવ્યા જ કરવુ એવી જે માન્યતા આજે ચાલે છે તે કેવી ભૂલભરેલી છે તે આ ઉપરથી સહેલાઇથી સહમજી શકાશે

શરીર કે તે શક્તિનો એક જગાથી બીજી જગાએ લઈ જનાર યંત્ર માત્ર છે તે શક્તિ આ શરીર ત્યાગ કર્યા ? છે

જીવનશક્તિ એ અદ્ભુત પ્રકારની શક્તિ છે શરીરની બહાર પણ તેની હયાતી સભવે છે, અને શરીરથી તે સ્વતંત્ર છે જેમ કાચની ચીમનીમાથી બત્તી પ્રકાશ ફેંકે છે તેમ ઉપર કહેલી જીવનશક્તિ આ શરીર દ્વારા પોતાનો પ્રકાશ ફેંકે છે તે શક્તિ આ શરીર દ્વારા પ્રગટ થાય છે જો ચીમની ઝાખી હોય, ફુટેલી હોય અથવા મેલ ભરેલી હોય તો તેની તે સ્થિતિના પ્રમાણમા અદરનો પ્રકાશ બહાર ઓછો દેખાય છે શરીરના સબધમા પણ તેમજ સમજવુ જો શરીરમા ખોરાકનો કચરો ભરાઇ રહ્યો હોય જો તે રોગીષ્ટ હોય અથવા ભૂખમરાને આધીન હોય તો જીવન એવા શરીરદ્વારા દર્શન ઇ શકે નહિ ”

આમ આ લાબી ચર્ચાદ્વારા ઉપવાસ કોને કહેવા, ઉપવાસની શકયતા કેટલી, ઉપવાસનો લગ ઉપવાસ અને લાઘણનો ફેરફાર, ઉપવાસ શરૂ કેમ કરવા અને તેની સમાપ્તિ કેમ કરવી, ઉપવાસ કરનારને પ્રારભમા કેવા અનુભવો થાય છે વગેરે બાબતો સ્પષ્ટ રૂપે બતાવી દેવામા આવે છે અને આ તપનુ મહાત્મ્ય યુરોપ-અમેરિકામા કેટલુ પ્રચલિત થયુ છે તેનુ પણ સપૂર્ણ દર્શન આ ચર્ચામાથી સાપડે છે એટલે આ પ્રકરણ આટલેથી સપૂર્ણ કરીશુ

[૬]

ઉણોદરી તપ

ભૂખ કરતા થોડુ ઓછુ જમવુ તેને ઉણોદરી તપ કહે છે કેટલાકને વિચાર થશે કે ફક્ત બે કોળિયા ઓછુ જમવુ તેને તપ કેમ કહી શકાય ? એમા તે કયુ મોટુ પરાક્રમ છે ? પણ વાત દેખાય છે તેવી સહેલી નથી

બરાબર બારીકાઈથી જોશો તો માલૂમ પડશે કે ખાસ નિશ્ચય સિવાયના માણસો જમવા બેઠા કે તૃપ્ત થાય તેટલું જ જમે છે અને કોઈ કોઈ વાર ભોજનની સમાપ્તિ થઈ હોય છતાં કોઈ સ્વાદિષ્ટ વાનીઓ આવી પડી હોય તો અસંયમી બની તેઓ તેના પર હાથ અજમાવવા લાગી જાય છે। જીભ પરના આ જાતના અસંયમનું પરિણામ એ આવે છે કે વધારે પડતો ખોરાક જઠરમાં પડવાથી મગજમાંથી લોહીનું ખેંચાણ વિશેષ થાય છે, આળસ તથા ઊંઘ આવવા માંડે છે, અને સ્ફૂર્તિનો નાશ થાય છે કેટલીક વાર અપચો બાદી વગેરે રોગો થાય છે, અને એ રોગો મનની પવિત્રતાને અભડાવે છે

એ હાલતમાં કોઈપણ બાબત પર ઊંડાણથી વિચાર કરવાનું શક્ય બનતું નથી એટલે ધ્યાન કે સ્વાધ્યાય થઈ શકતા નથી અને ચાલુ કામકાજમાં ગતિ મંદ થઈ જાય છે

ઘણા માણસો તદ્દન ભૂખ્યા રહી શકે છે પણ ભાણા પર ઓછું ખાઈ શકતા નથી. જ્યારે વસ્તુઓ સમક્ષ પડી હોય છે ત્યારે તેને અમુક જ પ્રમાણમાં લેવાનું તેમને માટે અશક્ય થઈ પડે છે આવા માણસો માટે તો ઉણોદરીવ્રત ઘણી સુંદર તાલીમ છે

આજે આપણા આહારનું જે પ્રમાણ ચાલી રહ્યું છે તે વાસ્તવિક રીતે વધારે જ છે પરંતુ બહુ લાંબા વખતની ટેવ હોવાથી આપણને તે વિશેષ લાગતું નથી બાકી બરાબર ચાવીને ખાવાની ટેવ પાડવામાં આવે તો ધીમે ધીમે આહારનું પ્રમાણ ઘટાડી શકાય અને તેમ થાય તો સ્ફૂર્તિ-સ્મૃતિ તથા પ્રસન્નતામાં ઘણો જ વધારો થાય, તે નિર્વિવાદ છે

[૭]

વૃત્તિસક્ષેપ

જેનાથી જીવતુ રહેવાય તેને વૃત્તિ કહેવાય છે એમા ભોજન, જળ વગેરેનો સમાવેશ થાય છે તે વૃત્તિનો દ્રવ્ય, ક્ષેત્ર-કાળ અને ભાવથી સક્ષેપ કરવો—સકોચ કરવો, તે વૃત્તિ સક્ષેપ કહેવાય છે

સાધુઓ આ તપ નીચે મુજબ કરે છે —

દ્રવ્યસક્ષેપ—અમુક જાતની ભિક્ષા મળે તો જ લેવી

ક્ષેત્રસક્ષેપ—એક, બે કે અમુક ઘરમાથી ભિક્ષા મળે તો જ લેવી

કાળસક્ષેપ—દિવસના પ્રથમ પહોરમા કે મધ્યાન્હ પછી જ ભિક્ષા લેવા જવુ

ભાવસક્ષેપ—અમુક સ્થિતિમા રહેલી વ્યકિત દ્વારા મળે તો જ ભિક્ષા ગ્રહણ કરવી

આ જાતના દૃઢ નિશ્ચયને અભિગ્રહ પણ કહેવાય છે

આ તપ છઠ્ઠ (બે ઉપવાસ) અઠ્ઠમ (ત્રણ ઉપવાસ) વગેરે કરતા ઘણુજ દુષ્કર છે કારણકે અભિગ્રહની શરતો ક્યારે પૂરી થશે તે કહી શકાય નહિ

તેમાયે શરીરની સહનશીલતાને પૂરેપૂરી કસવા માટે ઉગ્ર અભિગ્રહો ધારણ કરવામા આવે છે પ્રભુ મહાવીર, દૃઢપ્રહારી, એમર્ષિ મુનિ વગેરના ઉગ્ર અભિગ્રહો જાણીતા છે આજે પણ કોઇ કોઈ સાધુ મુનિરાજો ઉગ્ર અભિગ્રહ ધારણ કરે છે કેટલાક સમય પહેલા એક સ્થાનકવાસી મુનિરાજે એવો અભિગ્રહ ધારણ કર્યો હતો કે કોઈ ક્ષત્રિય સહુથી પ્રથમ મેવ (કળી) વહોરાવે તો જ ભિક્ષા લેવી નહિ તો ત્યા સુધી ઉપવાસ —

કારણ કે ત્યાર પછી ઘણી મૂડી પામેલા માણસ સામર્થ્ય ન
અપરિગ્રહ પૂર્ણ થયેલો મનાય કે આ વ્રત અસ્તેય
અહિંસાની સાથે અવિભાજ્ય છે ને અસ્તેયના ભંગને
પડે છે

જૂનાથી આ વ્રત એક જ મૂડી એટલી અથવા વધારે જ જે
નીચે ઉતારી લેવા કે વિચાર કરીને કરી શકે છે જીવનની
જરૂરિયાત અને તમો પચાવીને વધુ સંઘરી ને વધુ જી
જીવન માગવું તે પણ પરિગ્રહ વ્રતનો જ ભંગ. કારણ કે
પરિગ્રહ વ્રત પાળનાર અપરિગ્રહ જેવાં બીજા વ્રતો
વધુ સરળતાથી પાળી શકે છે અને આમ ધર્મની ભૂમિકા
તૈયાર કરવું આ નિમિત્ત બને છે

આજે જગતમાં જે મોટા મોટા ગરીબી અને સામાજિક
વિષમતા થઈ ગયા છે તેનું એક કારણ એ છે કે કેટલાક
જીવનની જરૂરીઆતો વધી છે તે મેળવવા માટે પ્રયત્નો પણ
ઘણા કરવા પડે છે અને તેમાંથી જ કાળાબજારી વગેરે
જન્મે છે અને ગરીબનાઓના અધિકારનું હરણ થાય છે
તેથી ભોગ પૂરો કરી શકે છે અને અપાર ગભરાટ
થાય છે વળી જીવનની જરૂરીયાતો એક સ્થળમાં લોકો તે
કરતાં વિશેષ વસાવે જ્યાંથી બીજા સ્થાનમાં તેની તંગી
પડે છે અને એથી સામાજિક અવ્યવસ્થાની ઉત્પત્તિ થય છે
આજે ચાલી રહેલો સામ્યવાદ આવી જ પરિસ્થિતિનું પરિણામ
છે એટલે સમાજમાં જો આ વ્રતનો પ્રચાર થાય તો વિષમતા
સ્થાપવા માટે સુંદર ભૂમિકા તૈયાર થઈ શકે

[૮]
રસપરિત્યાગ

સ્વાદનો ત્યાગ કરવો તેને રસપરિત્યાગ કહેવાય છે લુખ્ખુ સુકુ જેવુ ભોજન મળ્યુ તેનાથી જીવનનિર્વાહ ચલાવી લેવો તે રસપરિત્યાગનુ રહસ્ય છે

આજે કરવામા આવતું આયબિલ તપ રસપરિત્યાગનુ જ એક સ્વરૂપ છે તેમાં ઘી, દૂધ, દહી, તેલ, ગોળ, મીઠાઇ વગેરેનો ત્યાગ કરવામાં આવે છે તે કોઇ પણ જાતના સ્વાદ વિનાનુ અન્ન ફક્ત એક જ વાર લેવામા આવે છે પછી સાયકાળ સુધી ફક્ત ઉકાળેલ પાણી લઇ શકાય છે, જ્યારે સાજ પછી ઉપવાસીની જેમજ રહેવાનુ હોય છે

આ તપ પણ સામાન્ય નથી. રસોનો ત્યાગ કરવો તે ઘણુ કઠિન કામ છે આપણા ખાનપાનની પદ્ધતિ જુઓ એટલે એ વાતનો તરત ખ્યાલ આવશે અમુક ખાટા, ખારા, તીખા કે ગળ્યા પદાર્થો વિના આપણને ચાલતુ નથી શરીરની હાજત તો અમુક રીતે બાફેલા કે રાંધેલા મરી-મસાલા વિનાના ખોરાકથી પણ પૂરી પડી શકે છે અને તે વધારે સાત્વિક હોય છે પણ આપણે નાનપણથીજ અમુક સ્વાદવાળા પદાર્થો વાપરવાની ટેવ પાડીએ છીએ અને જ્યારે તે જાતના પદાર્થો નથી મળતા ત્યારે તેને નિરસ કહીને તેના તરફ કટાક્ષ લાવીએ છીએ

જે લોકો જીભને વશ રાખી શકતા નથી તેઓ અનેક જાતની બિમારીના ભોગ થઈ પડે છે અને ઘણી વાર તો તે એક જ દોષથી તેમનુ જીવન નષ્ટ થાય છે

આમ શરીરશુદ્ધિનો વિચાર કરતા જીભ પરનો કાબુ અનિ-

પાર્ય લાગે છે અને તેથી ગ્લાનાદિને આ કાળમાં ખાસ રાહત આપવામાં આવ્યું છે

[૯]

કાયક્લેશ

અમે તેવી કઠિન ક્રિયાઓ કરતાં કરી દેહનો નિગ્રહ કરવો તે કાયક્લેશ કહેવાય છ ટાઢ, તાપ, ભૂખ, તરસ આદિ કે એવી બીજી તકલીફોથી અકળાઈ ન જતાં મનુષ્ય પોતાની વૃત્તિ પર સંયમ મેળવવામાં મગ્ન રહે તે કાયક્લેશ તપનું રહસ્ય છે જે મનુષ્યો નાના મોટી તકલીફોથી હેરાનપરેશાન બની જાય છે તે આ જન્મમાં ધર્મ-અર્થ કે કામ પૈકી કોઈ પુરુષાર્થ સાધી શકતા નથી.

[૧૦]

સંલીનતા

પાંચે-ઇન્દ્રિયો અને કષાય પર કાબુ મેળવવો તેને સંલીનતા કહે છે

એકાંત સ્થાન—સ્મશાન, ખંડેર ઇત્યાદિમાં નિવાસ કરવો તેનો પણ આ તપમાંજ સમાવેશ થાય છે

આ તપ પણ સામાન્ય નથી. તોફાની ઘોડા સમી ઇન્દ્રિયોનું દમન કરવું તે ઘણું જ કઠિન કામ છે ક્રોધ, માન, માયા (કપટ) અને લોભ એ ચાર અપ્રશસ્ત ભાવોને કષાય કહેવામાં આવે છે અને તેનું દમન કરવામાં કઠોર સાધનાની જરૂર પડે છે ક્ષમા, નમ્રતા, સરળતા અને સંતોષની વૃદ્ધિ એ અનુક્રમે ચારે કષાયો પરના વિજયની નિશાની છે

ઘણીવાર માણસ ઉપવાસ આયંબિલ ઉણોદરી કે

વૃત્તિસક્ષેપ કરી શકે છે, પણ સહવાસ છોડી એકાત–નિર્જન સ્થાનમા વાસ કરી શકતો નથી પોતાની આસપાસ તેણે જે સૃષ્ટિ ઉભી કરી હોય છે તેની મોહક કલ્પનામાથી છુટવુ તેને મન મહાનમા મહાન આફત હોય છે પગ્તુ જ્યારે મોહના બધનો શિથિલ થાય છે, એકાકી ભાવનાનો મનમા ઉદય થાય છે અને આત્મશોધન, સયમની આરાધના એજ જીવનનું મુખ્ય ધ્યેય બને છે ત્યારે આ તપ કરવાની શક્તિ સરળતાથી ઉત્પન્ન થાય છે

[૧૧]

પ્રાયશ્ચિત્ત

અભ્યતર તપમા પહેલુ સ્થાન પ્રાયશ્ચિતનુ છે કરેલી ભૂલોનો પશ્ચાતાપ કરવો અને ફરી તે ન કરવાનો નિર્ણય કરવો તે આનુ પ્રાયશ્ચિત છે

મનુષ્ય માત્ર જ્યા સુધી અપૂર્ણ છે ત્યા સુધી ભૂલને પાત્ર છે તેના હાથે જાગતા ને અજાણતા અનેક દોષો થાય છે પરતુ જે મનુષ્યો પોતાના જીવનનું નિરીક્ષણ કરી તેમા રહેલા દોષો શોધી કાઢે છે ને તેને ફરી નહિ કરવાનો દૃઢ નિશ્ચય કરે છે તે ધીમે ધીમે પૂર્ણતાની સમીપ પહોચતા જાય છે જેઓ ભૂલો કરે છે અને તેનુ સમર્થન પણ કરે છે તેના માટે ઉદ્ધારની આશા નથી પશ્ચાતાપથી શુદ્ધ થયેલા મનુષ્યો એક વખત ગમે તેવા દુષ્ટ હોય, છતા દૃઢપ્રહારી, અર્જુનમાળી આદિની જેમ અતમા જીવનનુ સાર્થક કરી શકે છે અને અનેક મનુષ્યોને માર્ગદષ્ટા બને છે

આ તપની તાલીમ માટે જૈન ધર્મમા 'પ્રતિક્રમણ' નામની ક્રિયાની યોજના કરવામા આવી છે એને આનો

ચના, જીવનશોધન આત્મનિરીક્ષણ એવા બીજા નામેથી પણ ઓળખવામાં આવે છે. આ ક્રિયામાં જીવનશુદ્ધિ માટે કરેલા વ્રત નિયમોમાં ક્યાં ક્યાં જાગૃત અજાગૃત ભૂલો થઈ છે તે શોધી કાઢી તેની નિંદા કરવામાં આવે છે. તે સંબંધી પશ્ચાત્તાપ કરવામાં આવે છે, તે પાપ મિથ્યા થાય તેવી ભાવના ભાવવામાં આવે છે અને સાથેજ દોષોના નિવારણ માટે અમુક વખત સુધી ધ્યાન કે તપ પણ કરવામાં આવે છે.

દરેક મુમુક્ષુ માટે આ ક્રિયા અત્યંત ઉપયોગી છે. જે મનુષ્યો પ્રાતઃકાળમાં જાગ્રત થતાં 'હું કોણ છું?' 'મારું કર્તવ્ય શું છે?' 'હું કેટલા અંશે તે કરી રહ્યો છું?' અને 'કેટલા અંશે તેનાથી વિરુદ્ધ વર્તન ચલાવી રહ્યો છું' તેનો વિચાર કરે છે અને 'અમુક ભૂલો તો આજે નહિ જ કરું અને તેમ છતાં થશે તો અમુક અમુક વસ્તુઓ નહિ વાપરું' એવો નિર્ણય કરે છે તથા રાત્રે સૂતાં પહેલાં 'ઉઠ્યા ત્યારથી જીવન કેવી રીતે પસાર થયું' 'પ્રાતઃકાળમાં કરેલા નિર્ણયો બરાબર પળાયા કે નહિ,' 'ન પળાયા તો ક્યા કારણથી તે ન પળાયા અને તે માટે હવે શું કરવું' તેનો વિચાર કરી બીજા દિવસે તેનો અમલ કરે છે તે આ પ્રાયશ્ચિત તપનું જ અવલંબન લે છે, એમ કહી શકાય.

જીવનની નોંધ રાખવાની પદ્ધતિ પણ આ દિશામાં ભારે મદદ કરે છે પરંતુ પોતાના દોષો જાણવા સિવાય તેમાં બીજો હેતુ હોવો જોઈએ નહિ.

[૧૨]

વિનય

આપણાથી મોટા અગર જ્ઞાનાદિ ગુણમાં અધિક હોય તેમના પ્રત્યે પૂજ્ય બુદ્ધિ રાખવી તેને વિનય તપ કહે છે તેના ૭ પ્રકાર છે (૧) જ્ઞાનવિનય (૨) દર્શનવિનય (૩) ચારિત્ર-વિનય (૪) મનવિનય (૫) કાયાવિનય (૬) ધ્યાનવિનય (૭) લોકવ્યવહારવિનય.

જ્ઞાન, દર્શન અને ચારિત્રનો વિનય કરવો તે, જ્ઞાન-વિનય, દર્શનવિનય અને ચારિત્રવિનય કહેવાય છે

મન, વચન અને કાયાના અપ્રશસ્ત ભાવોને રોકી પ્રશસ્ત ભાવોને ધારણ કરવા તે મન, વચન અને કાયાનો વિનય કહેવાય છે અને ગુરુ સમીપે વિનયથી વર્તે, મોટા પુરુષોની સલાહ અનુસાર વર્તે, વિનય કરે, દુખીને શાંતિ પમાડે, દેશકાળ જોઈને પ્રવર્તે અને સર્વ કામ શુદ્ધ સરળ ભાવથી અપ્રમાદપણે બીજાના ધ્યાનમા ન આવે તે રીતે કરે તેને લોકવ્યવહાર વિનય કહે છે મનને ઉચ્ચ પ્રકારના ભાવોમા સ્થિર રાખવાને માટે આ પ્રકારનુ વિનય તપ એક ઉત્તમ ઉપાય છે અને જ્ઞાની પુરુષોએ તેની ઘણી પ્રશસા કરી છે

[૧૩]

વૈયાવચ્ચ

સેવાવૃત્તિને વૈયાવચ્ચ કહે છે આ વૃત્તિ કેળવવી તે ઘણુ કઠિન કામ છે જેમના હૃદયમા પ્રેમ અને કરુણા છલો-છલ ભરેલા હોય છે તેજ આ તપની યથાર્થ સાધના કરી શકે તે એનુ સામાન્ય સ્વરૂપ નીચે પ્રમાણે દોરી શકાય —

(૧) દુખીને દિલાસો આપવો, યથાશક્તિ મદદ કરવી.
(૨) બિમારને આશ્વાસન ઔષધિ ને બીજી મદદ આપવી.
(૩) ગરીબ અપંગ, અનાથ વગેરેને અન્ન તેમજ વસ્ત્ર આપવા.
(૪) તપસ્વી, સેવાભાવી, જ્ઞાનીજનોને શાતા ઉપજાવવી.
(૫) તન, મન અને ધન હોય તો ધનનો સેવામાર્ગે યથાશક્તિ સદુપયોગ કરવો.
(૬) પરોપકારના સઘળા કાર્યો કરવા.

[૧૪]

સ્વાધ્યાય

ઉત્તમ પુસ્તકોનું વાચન, મનન અને નિદિધ્યાસન કરવુ તેને સ્વાધ્યાય કહે છે

સ્વાધ્યાયના પાંચ ભેદો નીચે મુજબ છે (૧) વાચના (૨) પૃચ્છના (૩) પરાવર્તના (૪) અનુપ્રેક્ષા (૫) ધર્મકથા ઉત્તમ પ્રકારના જ્ઞાનનુ વાચન કરવુ તે વાચના તેમાં જે વસ્તુ બરાબર ન સમજાય તે સંબંધી પ્રશ્નો કરવા તે પૃચ્છના. વાંચેલી વસ્તુનુ વારંવાર રટણ કરવુ તે પરાવર્તના અને અર્થના ઉપયોગપૂર્વક પરાવર્તન કરવુ તે અનુપ્રેક્ષા પૂર્વોક્ત રીતિએ ઉત્પન્ન થયેલા ધર્મબોધને લોકો સમક્ષ પ્રગટ કરવા તે ધર્મકથા

પુસ્તકોના વાચન-મનનની અસર જીવન પર ઘણી ઉંડી થાય છે જે લોકો શૃંગારિક નવલકથાઓ ડીટેક્ટીવ વાર્તાઓ ભયંકરતાથી ભરપુર આખ્યાનો વગેરે વાંચે છે તેના વિચારો પણ તેજ જાતના થાય છે જ્યારે ઉત્તમ સુભાષિતો

અને કાવ્યો, નીતિ અને ધર્મનો બોધ આપનારી કથાઓ, તથા તત્ત્વજ્ઞાન અને જીવનચરિત્રોને લગતા પુસ્તકો મનુષ્યના અંધકારમય જીવનમા પ્રકાશ રેડે છે

જૈન શાસ્ત્રોમા જ્ઞાન અને તેના ઉપકરણોની ખૂબ મહત્તા દર્શાવી છે તેનુ કારણ પણ આજ છે

આતશુદ્ધિ ઇચ્છનાર મનુષ્યોએ હમેશા અમુક વખત સુધી ઉત્તમ પુસ્તકોના વાચન–મનન રૂપી સ્વાધ્યાય તપ અવસ્ય કરવુ જોઇએ. એનાથી દીર્ઘકાળના કુસસ્કારો દૂર થાય છે અને ઉત્તમ ભાવનાઓની દૃઢતા થાય છે

[૧૫]

ધ્યાન તપ

વિચારની એકાગ્રતાને ધ્યાન કહે છે કોઇ વખત મનની ધારા અશુભ ભાવના પર એકાગ્ર થાય છે અને કોઇ વખત શુભ ભાવના પર. તેથી ધ્યાનના બે ભે પડે છે [૧] અશુભધ્યાન (૨) શુભધ્યાન

અશુભધ્યાનના ૨ વિભાગ છે આર્ત્તધ્યાન અને રૌદ્ર ધ્યાન.

દુ ખના વિચારો કરવા તે આર્ત્તધ્યાન છે સ્નેહી જનોનો વિયોગ થતા, ધનનો નાશ થતા, અપ્રિય વસ્તુની પ્રાપ્તિ થતા ટૂકમા નહિ ગમતી વસ્તુ આવી પડતા ને જોઇતી વસ્તુ ચાલી જતા દુ ખના વિયોગની જે વિચારધારા ચાલે છે તે આર્ત્તધ્યાન કહેવાય છે અને કોઇની હિસા કરવાની, કોઇને નુકશાન કરવાની જે વિચારધારા ચાલે છે તેને રૌદ્રધ્યાન કહે છે

શુભ ધ્યાનના પણ ૨ વિભાગ છે ધર્મધ્યાન અને શુક્લ ધ્યાન

તમામ પ્રકારના ઉત્તમ વિચારો જેમા અહિંસા પ્રેમ કરુણા, શ્રદ્ધા ચારિત્ર, પ્રધાન હોય છે તે ધર્મધ્યાન કહેવાય છે અને જેમા સંસારના સઘળા બંધનોનો ત્યાગ કરી આત્મશુદ્ધિ કરવાના જ વિચારો હોય છે તેને શુક્લધ્યાન કહે છે

તમામ પ્રવૃત્તિઓનું મૂળ વિચારમા રહેલું હોય છે, એટલે વિચારની સૃષ્ટિમા સારા યા ખોટા જેવા જેવા ફેરફારો થાય છે તેવા તેવા પરિણામો આવે છે તેથી ધર્મધ્યાન અને શુક્લ ધ્યાનની જ આરાધના કરવી તે ધ્યાન તપ છે

[૧૯]

કાયોત્સર્ગ

દેહભાવનાને ભૂલી જવી તેનું નામ કાયોત્સર્ગ છે અમુક રીતે ઉભા રહેવુ કે અમુક રીતે હાથ રાખવા તેનું નામ કાયોત્સર્ગ નથી. જો તેનો અર્થ એટલોજ હોત તો તેને સમાવેશ બાહ્ય તપમા કરવામા આવ્યો હોત પરંતુ એનો અર્થ દેહાધ્યાસનો નાશ કરવાનો છે મનુષ્યના ઘણા દોષો દેહાધ્યાસમાથી જ ઉત્પન્ન થાય છે મારું શરીર, મારી ઇંદ્રિયો મારુ કુટુંબ ઇત્યાદિ મારાની કલ્પના જ્યા સુધી પ્રબળ છે ત્યાસુધી મનુષ્ય અનેક જાતની પ્રવૃત્તિઓમા મશગુલ બને છે અને તેનો આત્મા કર્મના આવરણોથી ઘેરાયેલો રહે છે અને જ્યા સુધી કર્મના આવરણો દૂર થયા નથી ત્યા સુધી હજારો સૂર્યના પ્રકાશ સમો જે પ્રકાશ અંદર ઝળહળી રહ્યો છે તેની પણ પ્રતીતિ થતી નથી

દેહભાવ ભૂલી સમસ્ત વિશ્વમા ઐક્યનો અનુભવ કરવો તે ઊંચામા ઊંચુ તપ છે તેની બરોબરી આ જગતની કોઈ પણ વસ્તુ કરી શકતી નથી.

[૧૭]

તપના વિવિધ પ્રકારો

તપના ઉપર જણાવેના બાર ભેદો ઉપરાંત નાના મોટા બીજા અનેક પ્રકારો જૈન સમાજમા આજે પ્રચલિત છે તે દરેકમા અમુક વિધિવિધાનો કરવાના હોય છે પરન્તુ તે બધાની વિગતમા નહિ ઉતરતા તે તપની યાદિ અને તેમા કેટલું તપ કરવામા આવે છે તેજ અત્રે દર્શાવ્યુ છે

૧ **અક્ષયનિધિ તપ**—શ્રાવણ વ ૪ ના દિવસથી એકાસણુ યા બેસણુ શરુ કરીને સવત્સરીને દિવસે ઉપવાસ કરવામા આવે છે સમય કુલ ૪ વર્ષ

૨ **અખડ દશમી તપ**—૧૦ શુકલ દશમી સુધી પોતાની શકિત પ્રમાણે એકાસણાદિ તપ.

૩ **અગિયાર અગ**—શુકલ એકાદશીથી માડી ૧૧ માસની એકાદશી સુધી યથાશકિત તપ

૪ **અગશુદ્ધિ તપ**—૩ આયબિલ, ૩ નીવી અને ૩ એકાસણા લાગટ કરી છેડે ૧ ઉપવાસ

૫ **અઠ્ઠાવીશ લબ્ધિનો તપ**—૨૮ એકાસણા અગર અઠ્ઠાવીશ એકાંત ઉપવાસ

૬ **અવિધવા દશમી તપ**—આ તપ વૈધવ્યરહિત થવા માટે સ્ત્રીઓ કરે છે ભાદરવા સુદી દશમના દિવસે એકાસણાદિક યથાશક્તિ તપ કરીને બ્રહ્મચર્યનુ પાલન કરવાથી આ તપ પૂર્ણ થાય છે

૭ **અદુખદર્શી તપ**—પ્રથમ શુક્લ પક્ષની એકમને દિવસે

ઉપવાસ બીજા મહિનામાં સુ બીજનો ઉપવાસ એ રીતે ચડતા ચડતા પંદરમા મહિને પૂર્ણિમાનો ઉપવાસ.

૮ **અમૃતાષ્ટમી તપ**—શુક્લ પક્ષની આઠ આઠમને દિવસ આયંબિલ ઉપવાસાદિ તપ.

૯ **અંબિકા તપ**—પાંચ માસની શુક્લ પંચમીને દિવસ એકાસણાદિ યથાશક્તિ તપ.

૧૦ **અશોકવૃક્ષ તપ**—આસો શુદ ૧ પક્ષની એકમથી પાંચમ સુધી એકાસણાદિક યથાશક્તિ તપ સમય ૫ વર્ષ અથવા આસો માસમાં ૧૫ ઉપવાસ ને ૧૪ એકાસણું એકાંતરે

૧૧ **અશુભનિવારણ તપ**—૧ ઉપવાસ. ૨ નીવી ૩ આયંબિલ, ૭ એકાસણા, ૧ લુખો ચોપડયો + ૧ એકસિક્થ, ૪ એકઠાણા, ૧ એકધારો × ૧ અનવાડો × ૧ એક કવળએ પ્રમાણે ૨૫ દિવસ.

+ એક વાડકો ઘીનો તથા ૧ વાડકો પાણીનો ભરી રાખવો કોઈ અજાણ્યા પાસે વાડકો ઉપડાવવો તેમાં ઘી નીકળે તો એકાસણું ને પાણી નીકળે તો આયંબિલ કરવું, તેને લુખો ચોપડો કહે છે

× પાણીનો લોટો લઈને કોઈ સબંધીને ત્યાં જવું જો તે વખતે ઘરમાંથી ' આવો પધારો ' એમ કહે તો ત્યાં એકાસણું કરવું પણ બીજું કહે તો ત્યાંજ પાણી પીને ચોવિહારનું પચ્ચખાણ કરવું

* ઢોકળા વગેરે અલ્પ પદાર્થ

૧૨ અષ્ટ અષ્ટમિકા તપ—આઠ દિવસની એક ઓળી એવી ૮ આઠ ઓળી કરવાની હોય છે પહેલી ઓળીમાં હમેશાં એકદત્તિ, બીજામા બે દત્તિ, એમ ૮ મી ઓળીમા ૮ દત્તિ કરવામા આવે છે

૧૩ અષ્ટ મહાસિદ્ધિ તપ—આઠ લાગટ એકાસણા અથવા આઠ એકાતર ઉપવાસ

૧૪ અષ્ટકર્મ સૂદન તપ—આઠ દિવસ સુધી નીચેનો ક્રમ ઉપવાસ, એકાસણુ એકસિક્થ ઠામચોવિહાર, એક દત્તિ, લુખી નીવી, આયબિલ અને આઠ કવળનુ એકાસણુ

૧૫ અષ્ટ કર્મોત્તર પ્રકૃતિ તપ—૧૫૮ ઉપવાસ એકાતરે એકસણે કરતા એક ઓળી થાય તેવી આઠ ઓળી

૧૬ અષ્ટપ્રવચનમાત તપ— દિવસ સુધી ૧ કવલ પછી ૩ દિવસ સુધી ૨ કવળ અને પારણુ એમ ૮ કવળ સુધી ચડતા બત્રીસ દિવસ

૧૭ અષ્ટમાસી તપ—એકાતર એકાસણે ૨૪૦ ઉપવાસ.

૧૮ અષ્ટાહ્નિક (કલ્યાણક) તપ—૨૪ તીર્થંકરોના ૧૨૦ કલ્યાણકો છે તે દરેક કલ્યાણકના ૮ એકાસણા ગણતા કુલ ૯૬૦ એકાસણા

૧૯ અષ્ટાપદ તપ—ઉપવાસ, પારણુ ૮ ઉપવાસ, પારણુ, ૧૦ ઉપવાસ પારણુ, ૨ ઉપવાસ

૨૦ આયબિલ (વર્દ્ધમાન) તપ—પ્રથમ ૧ આયબિલ ૧ ઉપવાસ, પછી ૨ આયબિલ ૧ ઉપવાસ એ રીતે ચડતા ૧૦૦ આયબિલ પર એક ઉપવાસ કરવા

૨૧ આગમોક્ત કેવળી તપ—૧૦ આયબિલ ને ૧ ઉપવાસ

૨૨ ઇંદ્રિયપરાજય તપ—પુરિમઢ્ઢ એકાસણું નીવી આયંબિલ અને ઉપવાસ એ પ્રમાણે પાંચ ઇંદ્રિયની પાંચ ઓળીના ૨૫ દિવસ

૨૩ ઋષભનાડુલા (હાર) તપ— ઉપવાસ ૧ એકાસણું પછી એકાસણાના આંતરે ૨ ઉપવાસ પછી ૧ અઠ્ઠમ ૧ એકાસણું પછી એકાસણાના આંતરે ૭ ઉપવાસ પછી એક છઠ્ઠ અને ૧ એકાસણું

૨૪ ઋષભદેવ સંવત્સર તપ (વરસી તપ)— ફાગણ વદ ૮ ને રોજ શરૂ કરી એકાંતર ૪૦૦ ઉપવાસ ત્રીજે વર્ષે અક્ષય તૃતિયાને દિવસે તપ પૂર્ણ થાય છે

૨૫ એકાદશી (મૌન)—અગિયાર વર્ષ સુધી માગશર શુદી અગિયારસનો ઉપવાસ અથવા અગિયાર માસ સુધી શુદી અગિયારસનો ઉપવાસ.

૨૬ એકાવલિ તપ—એક ઉપવાસ પારણું, બે ઉપવાસ પારણું ત્રણ ઉપવાસ પારણું, પછી એકાંતર પારણાવાળા આઠ ઉપવાસ ત્યારપછી એક ઉપવાસ ઉપર પારણું બે ઉપવાસ ઉપર પારણું એમ ચડતા ચડતા સોળ ઉપવાસ ઉપર એ પારણું ત્યારપછી એકાંતર પારણાવાળા ચોત્રીસ ઉપવાસ ત્યારપછી સોળ ઉપવાસ ઉપર પારણું પંદર ઉપવાસ ઉપર પારણું બે ઉપવાસ ઉપર એક પારણું અને છેવટ એક ઉપવાસ ઉપર પારણું

૨૭ એકસોવીસ કલ્યાણકનો તપ—૨૪ તીર્થંકરોના ૧૨૦ કલ્યાણકો માહેના જે દિવસે એક કલ્યાણક હોય તે દિવસે નીવી ત્રણ કલ્યાણક હોય તે દિવસે આયંબિલ

ચાર કલ્યાણક હોય તે દિવસે ઉપવાસ અને પાંચ કલ્યાણક હોય તે દિવસે એમાસણાપૂર્વક ઉપવાસ.

૨૮ એકસો સિત્તેર જીનનો તપ—એક ઉપવાસ ઉપર પારણું, પછી ત્રણ ઉપવાસ ઉપર પારણું. ત્યારપછી આઠ છઠ્ઠ, એક ઉપવાસ ઉપર પારણું બે ઉપવાસ ઉપર પારણું એ રીતે ચઢતા ચઢતા સોળ ઉપવાસ પર પારણું

ત્યાર પછી ચોત્રીસ છઠ્ઠ સોળ ઉપવાસ પારણું, પન્ર ઉપવાસ, પારણું એમ ઉતરતા ઠેઠ એ- ઉપવાસ ઉપર પારણું. ત્યાર પછી આઠ છઠ્ઠ પા ણુ, અટ્ઠમ, પા ણુ, અને એક ઉપવાસ ઉપર પારણું. સર્વે પારણુંના દિવસોએ એકાસણા જ કરવાના હેાય છે

૨૯ કંઠાભરણ તપ—પ્રથમ છઠ્ઠ, પારણું, એક ઉપવાસ પારણું એક અટ્ઠમ, પારણું એક ઉપવાસ, પારણું અને છઠ્ઠ એ રીતે ચૌદ દિવસ.

૩૦ કમળની ઓળી—આ તપ કોઈ પણ માસની શુક્લ પક્ષની નવમીને દિવસે શરૂ કરીને એમાસણાના પારણાવાળા ૭૨ ઉપવાસો કરવાથી સિદ્ધ થાય છે

૩૧ કર્મ ચક્રવાલ તપ—પ્રથમ એક અટ્ઠમ, પા ણું, ચોસઠ ઉપવાસ એકાંતર પારણાવાળા અને એક અટ્ઠમ

૩૨ કર્મચતુર્થ તપ—પ્રથમ એક અટ્ઠમ, પછી એકાંતર પારણાવાળા સાઠ ઉપવાસ, છેવટે એક અટ્ઠમ.

૩૩ કલંક નિવારણતપ—એક ઉપવાસ, એક બેઆસણું, એક આયંબિલ, એક બેઆસણું, એક આયંબિલ અને એક ઉપવાસ.

૩૪ કષાયજય તપ—પહેલે દિવસે એમાસણું, બીજે દિવસે

નીવી ત્રીજે દિવસે આયંબિલ ચોથે દિવસે ઉપવાસ. એ પ્રમાણે ચાર મળી સેાળ દિવસ.

૩૫ કેવળી (તીર્થંકર જ્ઞાન) તપ—ચાર અઠ્ઠમ અને ૧૯ છઠ્ઠ, તે દરેક એકાસણાં આંતરે કરતા આ તપ ૭૪ દિવસે પૂર્ણ થાય છે

૩૬ કેાટિશિલા તપ—પ્રથમ એક ઉપવાસ, પછી આઠ એકાસણાં, પછી એક ઉપવાસ, પારણે એકાસણુ

૩૭ ક્ષીરસમુદ્ર તપ—નિરંતર સાત ઉપવાસ પારણે ગુરુને ક્ષીર વહેારાવી, સાત લોકથી એકાસણુ કરી કામ ચેાવિહાર

૩૮ ગણધર (શ્રી વીરના) તપ—આ તપ વૈશાખ શુદી ૧૧ ને દિવસે શરુ કરીને વીર ભગવાનને અગીયાર ગણધરેા હેાવાથી દરેક ગણધરને આશ્રીને એકાંતર ૧૧–૧૧ ઉપવાસ અને આયંબિલ કરવાથી થાય છે

૩૯ ગુણરત્ન સંવત્સર તપ—ચાઉત્તર ઉપવાસ અને પારણા મળી કુલ ૪૮૦ દિવસે આ તપ પૂર્ણ થાય છે તેમાં અનુક્રમે પહેલા મહિને ૧ ઉપવાસ ને ૧ પારણું, બીજા મહિને ૨ ઉપવાસ ને પારણું એ રીતે ૧૬ મા મહિને ૧૬ ઉપવાસ ને પારણું આવે છે

૪૦ ગૈાતમ પડઘેા—૧૫ પૂર્ણિમા સુધી યથાશક્તિ એકાસણાદિ તપ

૪૧ ગૈાતમકમળ તપ—૯ એકાંતર ઉપવાસ.

૪૨ ઘડિયા બે ઘડિયાનેા તપ—૪ દિવસ પા ઘડિયું ૮ દિવસ અર્ધા ઘડિયા, ૧૬ દિવસ એક ઘડિયાં ને છેલ્લા બત્રીસ દિવસ બે ઘડિયાં.

[પાયડિયુ એટલે ૭ મીનીટમા ભોજન કરી લેવુ, તેજ રીતિ બધા સ્થળે સમજવુ]

૪૩ ઘનતપ—૧ ઉપવાસ, પારણુ, ૨ ઉપવાસ, પારણુ, ૧ ઉપવાસ, પારણુ, ૨ ઉપવાસ, પારણુ, બે ઉપવાસ, પારણુ, ૧ ઉપવાસ, પારણુ, ૨ ઉપવાસ, પારણુ, ૧ ઉપવાસ, પારણુ

૪૪ ચતુર્ગતિ નિવારણ તપ—આ તપમા ચાર ઓળી નીચે મુજબ કરવામા આવે છે–પહેલી ઓળીમા એકાસણુ, એક કવળ, એકાસણુ બે કવળ એ રીતે ચડતા આઠ કવળ સુધી બીજી ઓળીમા નીવી, નવ કવળ, દશ કવળ એમ ૧૬ કવળ સુધી. ત્રીજી ઓળીમા આયંબિલ, સત્તર કવળ, આયંબિલ ૧૮ કવળ એ રીતે ૨૪ કવળ સુધી ચોથી ઓળીમા ઉપવાસ, ૨૫ કવળ, ઉપવાસ, ૨૬ કવળ એ રીતે ૩૨ કવળ સુધી

૪૫ ચતુર્વિધ સઘ તપ –છઠ્ઠ, પારણુ, એમ તર ૧૦ ઉપવાસ.

૪૬ ચઉસઠ્ઠી તપ—એકાસણાના આતરાવાળા ૩૨ આયંબિલ. એમસણે ત્રિવિધ આહારનુ પચ્ચખાણુ

૪૭ ચત્તારિ-અટ્ઠ-દસ-દોય તપ—ચાર ઉપવાસ, આઠ ઉપવાસ, દશ ઉપવાસ, બે ઉપવાસ

૪૮ ચદનબાળા તપ—કાર્તિક વદી ૧૦ થી વૈશાખ શુદિ ૧૦ સુધીમા અથવા પર્યુષણા પર્વમાં કોઈપણ દિવસે આ તપ કરી શકાય છે એક અટ્ઠમ અને પારણાના દિવસે મુનિને અડદના બાકળા વહોરાવી અડદના બાકળાનુજ આયંબિલ.

૪૯ **ચાંદ્રાયણ તપ**—સુદ ૧ તથા વ. ૧ બને તિથિથી શરુ થઇ શકે છે પ્રથમમા એકમને દિવસે એકદત્તિ એક કવળ, એમ પૂર્ણિમાએ પંદરદત્તિ, તથા પંદર કવળ સુધી અને પછી અમાસ સુધી ક્રમસર ઉતરતા આવવુ વ. ૧ થી શરુ કરનાર પણ આ ક્રમને જ પૂર્ણિમા સુધી અનુસરે છે

૫૦ **ચિંતામણિ તપ**— ઉપવાસ એકાસણુ, નીવી, ઉપવાસ, એકાસણુ, ઉપવાસ.

૫૧ **ચૌદ પૂર્વનો તપ**—શુ ચૌદશથી શરૂ કરી ચૌદ માસની સુ. ચૌદશે ઉપવાસ અથવા સુ ચૌદશથી શરુ કરી લગોલગ ૧૪ એકાસણા

૫૨ **ચ્યવન તથા જન્મતપ**—૨૪ તીર્થંકરોના કલ્યાણક દિવસ વિના આંતરે ૨૪ ઉપવાસ.

૫૩ **છમાસી તપ**—આંતરા પારણાવાળા ૧૮૦ ઉપવાસ.

૫૪ **છન્નુ જીનની ઓળીનો તપ**—અતિત, અનાગત અને વર્તમાન ચોવીશી તથા શાશ્વત અને વિહરમાન મળી છન્નુ જીનને આશ્રીને એક એક ઉપવાસ.

૫૫ **જિનગુણસંપત્તિ તપ**—ગુણક્રમ અનુકુળતાએ ૯૦ ઉપવાસ

૫૬ **જિનજનક તપ**—લાગટ ૩૨ આયંબિલ

૫૭ **જિનદીક્ષા તપ**—૧ એકાસણુ, ૧ ઉપવાસ, ૨ અઠ્ઠમ અને ૨ છઠ્ઠ

૫૮ **જ્ઞાનપંચમી તપ**—બાર માસની સુદ ૫મે બેઆસણુ, બીજા બારમાસ એકાસણુ ત્રીજા બારમાસ નીવી ચોથા બારમાસ આયંબિલ અને પાંચમા બારમાસ ઉપવાસ

૫૯ તીર્થતપ—તીર્થે જવાના મુહૂર્તને દિવસે અથવા તીર્થના પ્રથમ દર્શન કર્યા હોય, તે દિવસે યાત્રિ નિમિત્તે કરવો ઉપવાસ.

૬૦ તીર્થંકર નિર્વાણ તપ—એકાસણાના એમતગવાળા ૬૬૮ ઉપવાસ.

૬૧ તીર્થંકર વર્દ્ધમાન તપ—પ્રથમ પહેલા તીર્થંકરને આશ્રીને ૧ એકાસણું બીજા તીર્થંકરને આશ્રીને બે એકાસણા એ રીતે ચરના ચોવીશમા તીર્થંકરને આશ્રીને ચોવીશ એકાસણા કર્યા પછી છેલ્લેથી ગણતા ચોવીશમા તીર્થંકરને આશ્રીને એક તેવીશમાને આશ્રીને બે, એ પ્રમાણે પ્રથમ તીર્થંકરને આશ્રીને ૨૪ એકાસણા અથવા દરેક જિનને આશ્રીને ૨૫ એકાસણા એક સાથે.

૬૨ તીર્થંકરજ્ઞાન તપ—ચાર અઠ્ઠમ એક ઉપવાસ અને એગ [illegible] છઠ્ઠ

૬૩ તીર્થંકર માતૃતપ—ભાદ્રપદ સુ ૭ થી ૧૩ સુધી યથાશક્તિ એકાસણાદિ તપ.

૬૪ તિલક (દમયંતી) તપ—ચોવીશ પૈકી દરેક તીર્થંકરને આશ્રીને ૨૦–૨૦ ઉપવાસ અને દરેક વખત શાસનદેવતાને આશ્રીને ૧–૧ ઉપવાસ કરતા કુલ ૫૦૪ ઉપવાસ

૬૫ તેર કાઠિયાનો તપ—૧ અઠ્ઠમ, ૧ લાવણીનુ એકાસણું, ૧ અઠ્ઠમ, ૧ વર્ડીના રોગનાનું એકાસણું ૧ અઠ્ઠમ ૧ ખીરનુ એકાસણુ, ૧ અઠ્ઠમ, ૧ પગરખિયુ એકાસણુ, ૧ અઠ્ઠમ, અજાણ્યાને ઘેર જવું ને એકાસણું કરવા કહે તો એકાસણુ કરવુ નહિ તર ઉપવાસ ૧ અઠ્ઠમ, ૧ ઘી તથા પાણીના વાડકામાથી અજાણ્યા પાસે ઉપડાવતા જો ઉપડે તો એકાસણુ નહિતર આ૨મ્મિન

૧ અટ્ઠમ, ૭ ઘર પારણ અને એક ઘર પોતાનું, એટલામાંથી ગમે તેને ત્યાં એકાસણુ, ૧ અટ્ઠમ અડદના બાકુળાનું એકાસણુ ૧ અટ્ઠમ રોટલી અથવા પુરીનું ભુગડુ વાળી ખાવું, ૧ અટ્ઠમ સુખડીનું એકાસણુ, ૧ અટ્ઠમ, દ્રાક્ષ વિ. મેવાનું ભોજન

ઉપરના ભોજનના દિવસો પારણાના દિવસો સમજવા.

૬૬ ત્રિપર્યન્ત ઘનતપ—

આ તપની નવ શ્રેણી નીચે પ્રમાણે

૧ લી શ્રેણી,	૧ ઉપવાસ	૨ ઉપવાસ,	૩ ઉપવાસ
૨ જી ,,	૨ ઉપવાસ,	૩ ઉપવાસ,	૧ ઉપવાસ
૩ જી ,,	૩ ઉપવાસ	૧ ઉપવાસ,	૨ ઉપવાસ
૪ થી ,	૨ ઉપવાસ,	૩ ઉપવાસ,	૧ ઉપવાસ
૫ મી ,	૩ ઉપવાસ,	૧ ઉપવાસ,	૨ ઉપવાસ
૬ ઠ્ઠી ,	૧ ઉપવાસ,	૨ ઉપવાસ,	૩ ઉપવાસ
૭ મી ,,	૩ ઉપવાસ,	૧ ઉપવાસ,	૨ ઉપવાસ
૮ મી ,	૧ ઉપવાસ	૨ ઉપવાસ	૩ ઉપવાસ
૯ મી ,	૨ ઉપવાસ	૩ ઉપવાસ,	૧ ઉપવાસ

કુલ ૫૪ ઉપવાસ અને ૨૭ પારણા

૬૭ **દશ પચ્ચખાણ (મોટા)**—૧ તિવિહારો ઉપવાસ ૧ એકાસણુ ૧ ચોખાનું આયંબિલ ૧ નીવી, ૧ કવળ, ૧ એકઅગિયુ એકાસણુ, ૧ દત્તિનું આયંબિલ અને ૧ પરઘરિયુ એકાસણુ

૬૮ **દશ પચ્ચખાણ (નાના)**—૧ ઉપવાસ ૧ એકાસણુ ૧ આયંબિલ ૧ એકાસણુ ૧ નીવી ૧ એક કવળ, ૧ ખીરનું એકાસણુ, ૧ રોપગનું એકાસણુ ૧ ભર્યે ભાણે એકાસણુ અને ૧ ઉપવાસ.

૬૯ **દશાદશમિકા** તપ—દસ દિવસની એક ઓળી એવી

દ્વા ઓળી. એક દત્તિથી અષ્ટ અષ્ટમિમાની માફક દરેક ઓળીમા ચડતા ચડતા દશમી ઓળીમા હમેશા દશ દશ દત્તિ.

૭૦ **દશવિધ યતિધર્મ તપ**—દશ એકાતરા ઉપવાસ

૭૧ **દારિદ્રહરણ તપ**—આ તપમા બે ઓળી કરવાની છે પહેલી ઓળી–૧ ઉપવાસ, ૧ એકાસણુ, ૧ નીવી, ૧ આયંબિલ, ૧ એકાસણ અને એજ પ્રમાણે બીજી ઓળી

૭૨ **દીવાળી (નિર્વાણ દીપક) તપ**—ત્રણ વર્ષ સુધી આસો વદી ૧૪ અને ૦)) નો છઠ્ઠ

૭૩ **દેવળાઇડા તપ**—૫ બેઆસણા, ૭ એકાસણા, ૯ નીવી, ૫ આયંબિલ અને ૧ ઉપવાસ.

૭૪ **દ્વાદશાંગી તપ**—બાર માસ સુધી સુદ બારસને દિવસે યથાશક્તિ એકાસણાદિ તપ.

૭૫ **ધર્મચક્ર તપ**—છઠ્ઠ, પારણુ અને એકાતર ૬૦ ઉપવાસ કુલ ૧૨૩ દિવસ

૭૬ **નવકાર પદાક્ષરમાન તપ**—૭ ઉપવાસ અથવા એકાસણા, ૫ ઉપવાસ અથવા એકાસણા, ૭ ઉપવાસ અથવા એકાસણા, ૭ ઉપવાસ અથવા એકાસણા, ૯ ઉપવાસ અથવા એકાસણા, અને છેલ્લે ૯ ઉપવાસ અથવા એકાસણા.

ઉપરનો તપ બને તો સાથે સાથે અને નહિતર યથા શક્તિ છુટક છુટક કરવામા આવે છે

૭૭ **નવકાર તપ (નાનો)**—લાગટ નવ એકાસણા.

૭૮ **નવનિધાન તપ**—નવ માસ સુધી સુદ નવમીને દિવસે ઉપવાસ. કુલ ૯ ઉપવાસ

૭૯ નવપદજીની ઓળી—આસો સુ ૭ થી ૧૫ સુધી અને ચૈત્ર સુ. ૭મ થી ૧૫ સુધી આયંબિલ અને તે હમેશ એકજ ધાન્યનું આયંબિલ.

૮૦ નવનવમિકા તપ—નવ દિવસની એક એવી નવ ઓળી તેમા પણ અષ્ટઅષ્ટમિકાની માફક ચડતાં ચડતાં છેવટ નવમી ઓળીમાં હમેશ નવ નવ દત્તિ.

૮૧ નવ બ્રહ્મચર્યગુપ્તિ તપ—દરેક ગુપ્તિને આશ્રીને ૧-૧ નવ કવળનું એકાસણું, કુલ એકાસણા ૯

૮૨ નિરૂજશિખ તપ—૧ એકમને દિવસે ઉપવાસથી શરૂ કરીને અમાવસ્યા સુધી એકાંતર આયંબિલવાળા ઉપવાસ કુલ ૮ ઉપવાસ અને ૭ આયંબિલ

૮૩ નિગોદ આયુઃક્ષય તપ—૧ ઉપવાસ, ૧ એકાસણું, ૨ ઉપવાસ ૧ એકાસણું ૩ ઉપવાસ ૩ ઉપવાસ ૧ એકાસણું, ૧ ઉપવાસ અને ૧ એકાસણું

૮૪ નિર્જિગીષુ તપ—આયંબિલના એકાંત વાળા ૮ ઉપવાસ

૮૫ નંદીશ્વર તપ—આસો વદી ૦)) ને દિવસે યથાશક્તિ ઉપવાસ આયંબિલ નીવી અથવા એકાસણું પછી ૧ વર્ષની અથવા ઉત્કૃષ્ટથી ૭ વર્ષની અમાવાસ્યાએ તેજ તપ કરવો

૮૬ નંદ્યાવર્ત તપ મોટો—૧ ઉપવાસ, ૩ આયંબિલ, ૮ આયંબિલ ૨૪ એકાસણા ૧૬ એકાસણા ૨૪ એકાસણા, ૬૪ એકાસણા ૬૪ એકાસણા ૨૪ એકાસણા ૨૪ એકાસણા, ૧૦ એકાસણા, ૧૦ એકાસણા ૪ એકાસણા અને છેવટ ૧ ઉપવાસ.

૮૭ નંદ્યાવર્ત તપ (નાનો)—૧ ઉપવાસ ૪ આયંબિલ

૮ આયંબિલ, ૧૬ એકાસણા, ૨૪ એકાસણા ૧૦ એકાસણા, ૧૦ એકાસણા, ૪ એકાસણા અને ૧ ઉપવાસ

૮૮ **પખવાસો**—પ્રથમ શુક્લપક્ષની એકમને દિવસે ઉપવાસ, બીજે પખવાડીએ બીજનો, ત્રીજે પખવાડીએ ત્રીજનો, એજ રીતે ૧૫ મે પખવાડીએ પૂર્ણિમાનો ઉપવાસ.

૮૯ **પદ કડીતપ**—આ તપમા ચાર ઓળી કરવાની હોય છે ૧ લી ઓળી—૧ ઉપવાસ, પારણું ૨ ઉપવાસ, પારણું, ૧ ઉપવાસ, પારણુ એજ પ્રમાણે બીજી ઓળી કરવી. ત્રીજી ઓળી—૧ ઉપવાસ, પારણુ, ૨ ઉપવાસ, પારણુ, ૩ ઉપવાસ, પારણુ, ૨ ઉપવાસ, પારણુ ૧ ઉપવાસ, પારણુ ચોથી ઓળી—૧ ઉપવાસ, પારણુ ૨ ઉપવાસ, પારણુ, ૩ ઉપવાસ, પારણુ, ૪ ઉપવાસ પારણુ, ૩ ઉપવાસ, પારણુ ૨ ઉપવાસ પારણુ ૧ ઉપવાસ, પારણુ

૯૦ **પરમ ભૂષણ તપ**—એકાસણાના એકાંતરવાળા બત્રીશ આયંબિલ.

૯૧ **પરદેશી રાજાના છઠ્ઠ**—પારણાના એકાંતરવાળા તેર છઠ્ઠ

૯૨ **પરન પાલી તપ**—દિવાળીના દિવસથી શરૂ કરીને એક અઠ્ઠમ કરવા પછી આંતરા રહિત બત્રીશ નીવી. એ રીતે પાંચ વર્ષ

૯૩ **પંચ પરમેષ્ઠિ તપ**—૧ ઉપવાસ, ૧ એક અગિયુ એકલઠાણ, ૧ આયંબિલ, ૧ એકાસણુ, ૧ નીવી, ૧ પુરિમઠ્ઠ, ૧ આઠ કવળ એ એક ઓળી થઈ, એવી ૫ ઓળી

૯૪ **પંચ મહાવ્રત તપ**—એકાસણાના એકાંતરવાળા ૫ ઉપવાસ

૯૫ **પંચમેરૂ તપ**—પાંચ મેરુના દરેકને આશ્રીને એકા

તર એકાસણાવાળા ૫ ઉપવાસ. કુલ ઉપવાસ ૨૫ અને એકાસણા ૨૫.

૯૬ પચરંગી તપ—આ તપ ૨૫ માણસોથી થાય છે તેમાનુ પહેલુ પચક પહેલા દિવસે પાચ ઉપવાસના પચ્ચખ્ખાણ કરે, બીજે દિવસે બીજુ પચક ચાર ઉપવાસના પચ્ચખ્ખાણ કરે, ત્રીજે દિવસે ત્રીજુ પચક ત્રણ ઉપવાસના પચ્ચખ્ખાણ કરે, ચોથા દિવસે ચોથુ પચક બે ઉપવાસના પચ્ચખ્ખાણ કરે પાચમા દિવસે પાચમુ પચક એક ઉપવાસના પચ્ચખ્ખાણ કરી પચ્ચીસે માણસો છઠ્ઠે દિવસે પારણુ કરે

૯૭ પચામૃત તપ—૭ માસમા ૫ અઠ્ઠમ કરી, દરેક પારણાને દિવસે અનુક્રમે શીખડ શીરો, લાપસી લાડુ અને ખીર સાધુને વહોરાવીને ખાવી.

૯૮ પાર્શ્વજિન ગણધર તપ—એઆસણાના એકાતરા વાળા દશ છઠ્ઠ

૯૯ પાચ છઠ્ઠ તપ—પાચ છઠ્ઠ કરવા તેમા પ્રથમ ચાર પારણાને દિવસે અનુક્રમે ચુરમુ અથવા શીરો, દૂધ ચોખાને સાકર ભરેભાણે સાધુને વહોરાવી પછી એકાસણુ અને સ્વા૦ કર્યા વગરનુ એકાસણુ કરવુ પાચમા પારણાને દિવસે પાણીનો લોટો ભરીને બે ત્રણ ઘેર જતા કોઇ જમવાનુ કહે તો જમવુ નહિતર ઉપવાસ કરવો

૧૦૦ પાચ પચ્ચખાણ તપ—૧ ઉપવાસ ૧ બે આસણુ, ૧ એકાસણુ, ૧ નીવી અને ૧ આયબિલ, એ એક ઓળી થઇ એવી પાચ ઓળી કરવી

૧૦૧ પીસ્તાલીસઆગમનો તપ—૪૫ લગોલગ એકાસણા

૧૦૨ પુંડરિક તપ—૧ વર્ષ અથવા માન વર્ષ સુધી પૂર્ણિ-માને દિવસે ઉપવાસ

૧૦૩ પેાશ દશમી તપ—પેાષ દશમી અર્થાત્ ગુજરાતી માગશર વ° દશમીને આશ્રીને આ તપ કરાય છે તેમાં વ° નવમીને દિવસે સાકરના પાણીનુ એમાસણુ દશમીને દિવસે એમાસણુ, બને દિવસે ઠામચેાવિહાર અગીઆરસને દિવસે તિવિહાર ત્રિવિહાર એમાસણુ

૧૦૪ પ્રાતિહાર્ય તપ—૧ ઉપવાસ, ૧ એકાસણુ, ૧ બેઆસણુ એ રીતે આઠ વાર કરવુ કુલ દિવસ ૨૪

૧૦૫ બત્રીસ કલ્યાણક તપ—૧ અઠ્ઠમ, એકાતર એકા સણાવાળા ૩૨ ઉપવાસ, અને ૧ અઠ્ઠમ.

૧૦૬ બીજના તપ—કાર્તિક શુદી ૨ જ થી શરુ કરી બાવીસ માસ સુધી અને ઉત્કૃષ્ટથી બાવીશ વર્ષ સુધી સુ° બીજનેા ચેાવિહારેા ઉપવાસ

૧૦૭ બૃહત્ સિંહ નિ ક્રીડિત તપ—કુલ ૪૯૭ ઉપવાસ તે અનુક્રમે નીચે પ્રમાણે —

૧, ૨, ૧, ૩, ૨, ૪, ૩, ૫, ૪, ૬, ૫, ૭, ૬ ૮, ૭ ૯, ૮ ૧૦, ૯, ૧૧ ૧૦ ૧૨, ૧૧, ૧૩, ૧૨, ૧૪ ૧૩, ૧૫, ૧૪, ૧૬, અને ૧૫ ઉપવાસ કરીને પછી ૧૬, ૧૪, ૧૫, ૧૩, ૧૪ ૧૨, ૧૩, ૧૧, ૧૨, ૧૦, ૧૧, ૯, ૧૦, ૮, ૯, ૭, ૮, ૬, ૭, ૫, ૬ ૮, ૫, ૩, ૪, ૨, ૩, ૧, ૨ અને છેવટ ૧ ઉપવાસ કરવેા આ રીતે દરેકને અંતે પારણુ કરતા કુલ પારણાના દિવસ ૬૧ કુલ તપના દિવસ ૫૫૮

૧૦૮ બૃહત્ સંસાર તારણ તપ—૧ અઠ્ઠમ ૧ આંબ

દિન, ૧ અઠ્ઠમ, ૧ આયંબિલ, ૧ અઠ્ઠમ, અને ૧ આયંબિલ.

૧૦૯ ભદ્રોત્તર તપ—આ તપની પાંચ શ્રેણી છે

પહેલી અનુક્રમે પાંચ, છ, સાત, આઠ અને નવ ઉપવાસ

બીજી, અનુક્રમે સાત, આઠ નવ, પાંચ અને છ ઉપવાસ.

ત્રીજી, અનુક્રમે નવ, પાંચ, છ સાત અને આઠ ઉપવાસ.

ચોથી, અનુક્રમે છ સાત, આઠ નવ અને પાંચ ઉપવાસ.

પાંચમી, અનુક્રમે આઠ નવ પાંચ, છ અને સાત ઉપવાસ

૧૧૦ ભદ્ર તપ—આ તપની ૫ [પાંચ] શ્રેણી છે

પહેલી—અનુક્રમે એક બે ત્રણ, ચાર અને પાંચ ઉપવાસ.

બીજી—અનુક્રમે ત્રણ ચાર, પાંચ, એક અને બે ઉપવાસ

ત્રીજી—અનુક્રમે પાંચ એક બે ત્રણ અને ચાર ઉપવાસ

ચોથી—અનુક્રમે બે ત્રણ, ચાર પાંચ અને એક ઉપવાસ

પાંચમી—અનુક્રમે ચાર પાંચ, એક બે અને ત્રણ ઉપવાસ

૧૧૧ મહાઘનાદિ તપ—જુદી જુદી રીતે ૫૪ ઉપવાસ અને સત્તાવીશ પારણાં મળી કુલ ૮૧ દિવસ

૧૧૨ મહાભદ્ર તપ—આ તપની સાત શ્રેણી છે—

પહેલી—અનુક્રમે એક, બે ત્રણ, ચાર, પાંચ છ અને સાત ઉપવાસ

બીજી—અનુક્રમે ચાર, પાંચ છ, સાત, એક બે અને ત્રણ ઉપવાસ.

ત્રીજી—અનુક્રમે સાત એક, બે ત્રણ ચાર, પાંચ અને છ ઉપવાસ

ચોથી—અનુક્રમે ત્રણ ચાર પાંચ, છ સાત, એક અને બે ઉપવાસ

પાંચમી—અનુક્રમે છ સાત એક, બે, ત્રણ ચાર અને પાંચ ઉપવાસ.

છઠ્ઠી—અનુક્રમે બે, ત્રણ, ચાર, પાંચ, છ સાત અને એક ઉપવાસ.

સાતમી—અનુક્રમે પાંચ, છ સાત એક, બે, ત્રણ અને ચાર ઉપવાસ

૧૧૩ શ્રી મહાવીર સર્વજ્ઞ ચ્યા તપ—શ્રી મહાવીરસ્વામીએ છદ્મસ્થાવસ્થામા કરેલુ તપ આ પ્રમાણે—૧ છમાસી તપ, ૧ ૭ માસમા પાંચ દિવસ ઓછાનુ તપ, ૯ ચાતુર્માસી તપ ૨ ત્રિમાસિક તપ, ૨ અઢી માસિક તપ, ૬ દ્વિમાસિક તપ, ૧૨ માસખમણ ૭૨ પક્ષખમણ, ૧ બે દિવસની ભદ્ર પ્રતિમા ૧ ચાર દિવસની મહાભદ્ર પ્રતિમા ૧ દશ દિવસની સર્વતોભદ્ર પ્રતિમા, ૨૨૯ છઠ્ઠ ૧૨ અઠ્ઠમ.

આ તપમાથી યથાશકિત તપ કરવુ

૧૧૪ માઘમાળા તપ—ચાર વર્ષ સુધી પોષ વદ દશમથી માહ સુદી પૂર્ણિમા સુધી લાગટ એકાસણા.

૧૧૫ માણિકય પાવડી—ચાર વર્ષ સુધી આસો શુ એકાદશીથી પૂર્ણિમા સુધી આ તપ કરવાનો છે

તેમા ૧ ઉપવાસ, ૧ એકાસણુ, ૧ નીવી, ૧ આયંબિલ, અને ૧ બેઆસણુ

૧૧૬ મુકુટ સપ્તમી—અષાઢ, શ્રાવણ, ભાદરવો, આશ્વિન, કાર્તિક માગશીર્ષ અને પોષ એ સાત માસની વદ સાતમને દિવસે ઉપવાસ.

૧૧૭ મુકતાવલી તપ—૧ ઉપવાસ પારણુ ૨ ઉપવાસ પારણુ ૧ ઉપવાસ, પારણુ ૩ ઉપવાસ પારણુ ૧ ઉપવાસ,

પારણું એ રીતે મધ્ય એક ઉપવાસ ઉપર પારણું પછી ૧ ઉપવાસ, ૫ પર ૧૧ ઉપવાસ, ૫ ૫, ૧ ઉપવાસ, પારણું, ૧૪ ઉપવાસ, પારણું એ રીતે છેવટના છેલ્લે ૧ ઉપવાસ ઉપર પારણું કરવું કુલ ૩૬૦ દિવસ.

૧૧૮ મેરુ ત્રયોદશી—પોષ વદ ૧૩ ને દિવસે ૧૩ રીતે તેમાંય અથવા ઉપવાસથી ૧૩ વર્ષની ત્રયોદશીએ પાંચ મેરુ સહિત એકાસણા ઉપવાસ.

મેરુ કલ્યાણક તપ—૩ આયંબિલ, ૬ એકાસણા ૩ ઉપવાસ, પારણે એકાસણું અથવા ૨ આયંબિલ ૬ એકાસણા ૩ ઉપવાસ ૧ આયંબિલ, પરંતુ ઉપવાસ મેરુ પ્રતિષ્ઠિત દિવસે કરે એ રીતે તપ કરવો.

૧૨૦ મોક્ષદંડ તપ—ગુરુનો ૬૬ (દંડ) જેટલી મુઠી પ્રમાણનો હોય તેટલા એકાંતર પારણાવાળા ઉપવાસ કરવા.

૧૨૧ મૌન રત્નોત્તર તપ—પારણાના ભોજનમાં એક આયંબિલ.

૧૨૨ પાંચ શુદ્ધિ તપ—નીવી, આયંબિલ અને ઉપવાસ એ રીતે કુલ અગિયાર મળી ૯ દિવસ.

૧૨૩ રત્નાવળી તપ—૧ ઉપવાસ ૨ ઉપવાસ ૩ ઉપવાસ, ૮ અઠ્ઠમ ૧ ઉપવાસ ૨ ઉપવાસ, ૩ ઉપવાસ એ પ્રમાણે અનુક્રમે ૧૬ ઉપવાસ સુધી કરવા. પછી ૩૪ અઠ્ઠમ પછી ૧૬ ઉપવાસ, ૧૫ ઉપવાસ ૧૪ ઉપવાસ એ રીતે છેવટ ૧ ઉપવાસ કરવો પછી ૮ અઠ્ઠમ કરવા પછી ૩ ઉપવાસ અને ૧ ઉપવાસ એ રીતે ૪૩૪ ઉપવાસ અને ૮૮ પારણાં મળી કુલ ૫૨૨ દિવસ.

૧૨૪ રત્નમાળા તપ—બાવન દિવસના આ તપમા અનુક્રમે નીચે પ્રમાણે તપ કરવામાં આવે છે.–ઉપવાસ, એકાસણુ, એક ધાન્યનુ આયબિલ, એકલઠાણુ, પરુધરિયુ એકાસણુ, ઠામ ચોવિહારો ઉપવાસ, ઉજળા ધાન્યનુ એકાસણુ, આયંબિલ, એકાસણુ, એકલઠાણ એકાસણુ ઉપવાસ, એકાસણુ, આયબિલ, ઉપવાસ, એકાસણુ, ઉપવાસ, બેઆસણુ, ઉપવાસ, એકાસણું, નીવી, આયબિલ, એકલઠાણુ, ઉપવાસ, એકાસણુ, ઉપવાસ, એકલઠાણુ, ઉપવાસ, એકાસણુ, ઉપવાસ, એકાસણુ, એકલઠાણુ, બેઆસણુ, ઉપવાસ, એકાસણ, એકાસણુ, ઉપવાસ, એકાસણુ, ઉપવાસ, એકાસણુ, ઉપવાસ, એકાસણુ, એકાસણુ, આયબિલ, ઉજળા ધાન્યનું એકાસણુ, ઉપવાસ, પરુધરિયુ એકાસણુ, એકલઠાણુ, એક ધાન્યનુ આયબિલ, એકાસણુ, ચોવિહારો ઉપવાસ, એકાસણુ, એ પ્રમાણે અનુક્રમે બાવન દિવસ તપ કરવો

૧૨૫ રત્નરોહણ તપ—આસો સુદ પાચમના દિવસથી શરૂ થાય છે પાંચ ઓળી કરવાની હોય છે

પહેલી—એકાસણુ–નીવી–આયબિલ–ઉપવાસ

બીજી—આયંબિલ–ઉપવાસ–એકાસણુ–નીવી.

ત્રીજી—નીવી–આયબિલ–ઉપવાસ–એકાસણુ–નીવી.

ચોથી—ઉપવાસ–એકાસણુ–નીવી આયબિલ

પાચમી—ઉપવાસ એકાસણુ–નીવી આયબિલ.

૧૨૬ રત્નપાવડી તપ—આઠ છઠ્ઠ અને ૧ અઠ્ઠમ. છઠ્ઠ આસો સુ ૧૪-૧૫ નો અને જેનો અઠ્ઠમ નવમે વર્ષે આસો શુ ૧૩-૧૪-૧૫ નો કરવો

૧૨૭ રોહિણી તપ—રોહિણી નક્ષત્રની આરાધના માટે નક્ષત્રમાં દર ફરી સાત વર્ષ અને સાત માસ સુધી દર માસ રોહિણી નક્ષત્ર હોય તે તે દિવસે ઉપવાસ કરે.

૧૨૮ લઘુ અષ્ટાહ્નિકા તપ—ચૈત્ર અને આસો માસની શાશ્વતી ઓળીમાં સુદી ૮ દિવસ એકાસણું, આયંબિલ, નીવી કે ઉપવાસ કરવા ૧ વર્ષ સુધી.

૧૨૯ લઘુ પંચમી તપ—ચૈત્ર, જેઠ, શ્રાવણ ભાદરવા, આસો આ છ માસ વર્જીને શુદ પાંચમે તપ શરૂ કરી પહેલાં છ માસ શુદ પંચમે એકાસણું, બીજા છ માસ શુદ પંચમે એકાસણું, ત્રીજા છ માસ શુદ પંચમે નીવી ચોથા છ માસ શુ પંચમે આયંબિલ પાંચમા છ માસ શુદ પંચમે ઉપવાસ.

૧૩૦ લઘુ ગુણસાગરાદિ તપ—૩ આયંબિલ ૧ ઉપવાસ ૩ આયંબિલ, ૧ ઉપવાસ, ૩ આયંબિલ ૧ ઉપવાસ.

૧૩૧ લક્ષ પ્રતિપદ તપ—બારમાસ સુધી દરેક માસની શુદ એકમને દિવસ એકાસણું કરવું.

૧૩૨ સોભનાથી તપ—૧ એકાસણું ૧ ઉપવાસ, ૧૨ એકાસણા ૯ નીવી ૪ આયંબિલ અને ૧ ઉપવાસ.

૧૩૩ વર્ગ તપ—આ તપની આઠ ઓળી છે તેમાં નીચે પ્રમાણે ઉપવાસ કરવા એમાં એક એક પારણું આવે.

પહેલી—૨-૨ ૧-૨-૨-૧- -૧

બીજી—૧-૧-૧-૨-૨-૧-૨-૧

ત્રીજી—૨ ૧-૨-૧-૧-૨-૧-૨

ચોથી—૨-૧- -૧-૧-૨-૧-૨

પાચમી—૧-૨-૧-૨-૨-૧-૨-૧

છઠ્ઠી—૧-૨-૧-૨-૨-૧-૨-૧

સાતમી—૨-૧-૨-૧-૧-૨૧-૨

આઠમી—૨-૧-૨-૧-૧-૨-૧-૨

૧૩૪ વીશ સ્થાનક તપ—નીચે મુજબ યથાશકિત ઓળી કરવાની છે ૨૦ અઠ્ઠમ, ૨૦ છટ્ઠ, ૨૦ ઉપવાસ, ૨૦ આયંબિલ, કે ૨૦ નીવી અથવા ૨૦ એકાસણાની એક ઓળી ગણાય, તેવી ૨૦ ઓળી

૧૩૫ શત્રુંજયમોદક તપ—૧ પુરિમઢ્ઢ, એકાસણ, નીવી, આયંબિલ અને ઉપવાસ એમ કુલ પાચ દિવસ

૧૩૬ શત્રુંજય છઠ્ઠ-અઠ્ઠમ તપ—પહેલો અને છેલ્લો અઠ્ઠમ અને વચ્ચે સાત છઠ્ઠ

૧૩૭ શિવકુમારના બેલા—આયંબિલના પારણાવાળા બાર લગોલગ છઠ્ઠ

૧૩૮ શ્રુતદેવતા તપ—અગિઆર શુક્લ એકાદશીને દિવસે શ્રુત દેવતાની પૂજાપૂર્વક એકાસણાદિ તપ.

૧૩૯ શ્રેણી તપ—આ તપની ૭ શ્રેણી છે

પહેલી—૧ ઉપવાસ ૨ ઉપવાસ

બીજી—૧ ઉપવાસ, ૨ ઉપવાસ, ૩ ઉપવાસ

ત્રીજી—એજ રીતે અનુક્રમે ૧, ૨, ૩, અને ૪ ઉપવાસ

ચોથી—અનુક્રમે ૧, ૨, ૩, ૪, અને ૫ ઉપવાસ

પાચમી—અનુક્રમે ૧, ૨, ૩, ૪, ૫ અને ૬ ઉપવાસ.

છઠ્ઠી—અનુક્રમે ૧, ૨, ૩, ૪, ૫, ૬ અને ૭ ઉપવાસ

૧૨૭ રોહિણી તપ—રોહિણી નક્ષત્રની આરાધના માટે રોહિણી નક્ષત્રમાં શરૂ કરી સાત વર્ષ અને સાત માસ સુધી દરેક માસે રોહિણી નક્ષત્રના દિવસે ઉપવાસ કરવા.

૧૨૮ લઘુ અષ્ટાહ્નિકા તપ—ચૈત્ર અને આસો માસની શુક્લ અષ્ટમીથી પૂર્ણિમા સુધી ૮ દિવસ સુધી એકાસણું, આયંબિલ, નીવી કે ઉપવાસ કરવા. કુલ ૮ વર્ષ સુધી.

૧૨૯ લઘુ પંચમી તપ—[illegible] આરાધના—જિન આગમ મત ... ગુરુ પાસે તપ શરૂ કરી. પ્રથમ પાંચ માસ સુદ પાંચમે ઉપવાસ બીજા પાંચ માસ સુદ પાંચમે એકાસણું ત્રીજા પાંચ માસ સુદ પાંચમે નીવી ચોથા પાંચ માસ સુદ પાંચમે આયંબિલ પાંચમા પાંચ માસે સુદ પાંચમ ઉપવાસ

૧૩૦ લઘુ સંસારતારણ તપ—૩ આયંબિલ, ૧ ઉપવાસ ૩ આયંબિલ, ૧ ઉપવાસ ૩ આયંબિલ ૧ ઉપવાસ

૧૩૧ લઘુ પ્રતિપદ તપ—એક વર્ષ સુધી દરેક માસની સુદ એકમે એકાસણું આદિ તપ.

૧૩૨ બારમાસી તપ—૧ એકાસણું ૧ ઉપવાસ ૧૨ એકાસણા, ૯ નીવી ૫ આયંબિલ અને ૧ ઉપવાસ.

૧૩૩ વર્ગ તપ—આ તપની આકૃતિ છે તથા નીચે પ્રમાણે ઉપવાસ કરવા. વચ્ચે એક એક પારણું આવે.

પહેલી—૧-૨ ૧-૨-૨-૧-૦-૧

બીજી—૧-૨-૧-૨- -૧-૨-૧

ત્રીજી—૨ ૧-૨-૧-૧-૨-૧-૨

ચોથી—૨-૧- -૧-૧- -૧-૨

પાચમી—૧-૨-૧-૨-૨-૧-૨-૧

છઠ્ઠી—૧-૨-૧-૨-૨-૧-૨-૧

સાતમી—૨-૧-૨-૧-૧-૨૧-૨

આઠમી—૨-૧-૨-૧-૧-૨-૧-૨

૧૩૪ વીશ સ્થાનક તપ—નીચે મુજબ યથાશક્તિ ઓળી કરવાની છે ૨૦ અઠ્ઠમ, ૨૦ છઠ્ઠ, ૨૦ ઉપવાસ, ૨૦ આયંબિલ, કે ૨૦ નીવી અથવા ૨૦ એકાસણાની એક ઓળી ગણાય, તેવી ૨૦ ઓળી.

૧૩૫ શત્રુંજયમોદક તપ—૧ પુરિમડ્ઢ, એકાસણું, નીવી, આયંબિલ અને ઉપવાસ એમ કુલ પાંચ દિવસ

૧૩૬ શત્રુંજય છઠ્ઠ–અઠ્ઠમ તપ—પહેલો અને છેલ્લો અઠ્ઠમ અને વચ્ચે સાત છઠ્ઠ

૧૩૭ શિવકુમારના બેલા—આયંબિલના પારણાવાળા બાર લગોલગ છઠ્ઠ

૧૩૮ શ્રુતદેવતા તપ—અગિયાર શુક્લ એકાદશીને દિવસે શ્રુત દેવતાની પૂજાપૂર્વક એકાસણાદિ તપ.

૧૩૯ શ્રેણી તપ—આ તપની ૭ શ્રેણી છે

પહેલી—૧ ઉપવાસ ૨ ઉપવાસ

બીજી—૧ ઉપવાસ, ૨ ઉપવાસ, ૩ ઉપવાસ

ત્રીજી—એજ રીતે અનુક્રમે ૧ ૨, ૩ અને ૪ ઉપવાસ

ચોથી—અનુક્રમે ૧, ૨, ૩, ૪, અને ૫ ઉપવાસ

પાચમી—અનુક્રમે ૧, ૨, ૩, ૪, ૫ અને ૬ ઉપવાસ.

છઠ્ઠી—અનુક્રમે ૧, ૨, ૩ ૪, ૫, ૬ અને ૭ ઉપવાસ

૧૪૦ પરમાધામીવન તપ—૭ ઉપવાસ. [illegible]

૧૪૧ અષ્ટાષ્ટમિકા તપ—આઠ દિવસની એક એવી આઠ ઓળી કરવી અને પહેલી ઓળીમાં દરેક એક એક દત્તિ, બીજીમાં દરેક બબ્બે દત્તિ એ રીતે યાવત આઠમી ઓળીમાં દરેક આઠ આઠ દત્તિ કરવી.

૧૪૨ સમવસરણ તપ (નાનું)

શ્રાવણ વ. ૫ થી ભાદરવા શુદ ૪ સુધી બાર રોજ દિવસ એકાસણાદિ તપ.

૧૪૩ સમવસરણ તપ (મોટું)—શ્રાવણ વદ ૪ થી ભાદરવા શુદ ૪ સુધી ઉપવાસ કરવા અને જો સમર્થ ન થઈ શકે તો ચાર ઉપવાસે પારણું કરવું. એ રીતે ચાર વર્ષ કરવું.

૧૪૪ સર્વતોભદ્ર તપ—આ તપની સાત શ્રેણી છે, તેમાં નીચે પ્રમાણે ઉપવાસ કરવા—

પહેલી—૫ ૬, ૭, ૮, ૯ ૧૦ ૧૧ ઉપવાસ.

બીજી—૮, ૯ ૧૦, ૧૧ ૫ ૬, ૭ ઉપવાસ.

ત્રીજી—૧૧ ૫ ૬, ૭ ૮, ૯ ૧૦ ઉપવાસ.

ચોથી—૭ ૮ ૯, ૧૦ ૧૧, ૫ ૬ ઉપવાસ.

પાંચમી—૧૦, ૧૧ ૫ ૬ ૭ ૮, ૯ ઉપવાસ.

છઠ્ઠી—૬ ૭, ૮ ૯ ૧૦ ૧૧, ૫ ઉપવાસ.

સાતમી—૯ ૧૦, ૧૧ ૫, ૬ ૭ ૮ ઉપવાસ.

૧૪૫ સર્વસુખસંપત્તિ તપ—પહેલે પખવાડીએ એકાસણું કરવું બીજે પખવાડીએ બીજથી બે એકાસણાં ત્રીજે પખવાડીએ ત્રીજથી ત્રણ એકાસણાં. એ રીતે છેવટ પંદરમે પખવાડીએ પુનમ અગર અમાવાસ્યાથી ૧૫ એકાસણાં કરવા.

૧૪૬ સર્વાંગસુંદર તપ—શુ એકમને દિવસે ઉપવાસથી પૂર્ણિમા સુધી એકાતર આયંબિલવાળા ઉપવાસ. કુલ ઉપવાસ ૮ અને આયંબિલ ૭

૧૪૭ સંલેખણા તપ—ચાર વર્ષ વિચિત્ર તપ, પછી ચાર વર્ષ નીવીના આતરાવાળા ઉપવાસ, પછી બે વર્ષ નીવીના આતરાવાળા આયંબિલ પછી છ માસ ઉપવાસ પરિમિત ભોજનના આયંબિલ ને આતરે કરવા, પછી છ માસ આયંબિલના આતરાવાળા ચાર ચાર ઉપવાસ અને પછી એક વર્ષ સુધી લાગટ આયંબિલ કરવા

૧૪૮ સંવત્સર તપ—બાર માસની ચતુર્દશીએ ઉપવાસ, તથા ચાતુર્માસની આલોચના માટે ત્રણે ચોમાસીએ છઠ્ઠ તથા સંવત્સરીનો અટ્ઠમ.

૧૪૯ સૂર્યાયણ તપ—કૃષ્ણ પક્ષની ત્રીજે બારભીએ અને ચંદ્ર ને બદલે સૂર્ય લઈએ તો સૂર્યાયણ તપ થાય ચાંદ્રાયણ તપ પ્રમાણે, (જુઓ તપ નં ૪૯)

૧૫૦ સોપાન તપ—સાત સપ્તમિકા, આઠ અષ્ટમિના નવ નવમિકા અને દશ દશમિમ એમ ચાર પ્રતિમા કરવાની હોય છે

૧૫૧ સૌભાગ્ય સુંદર તપ—એકાતરા ૧૬ ઉપવાસ અને પારણે આયંબિલ.

૧૫૨ સાત સૌખ્ય આઠ મોક્ષ તપ—સાત એકાસણા ઉપર એક ઉપવાસ

૧૫૩ સિદ્ધિ તપ—૧ ઉપવાસ, ૧ બેઆસણું, ૨ ઉપવાસ, ૧ બેઆસણું, એમ ચઢતા છેવટ આઠ ઉપવાસ ઉપર બેઆસણું

૧૫૪ ગુણદુખના મહિનાનો તપ—પ્રથમ મહિને ઉપવાસ અને આયંબિલ પછી પછી એકાંતર, બીજે મહિને આયંબિલ અને નીવી એકાંતર ત્રીજે મહિને નીવી અને એકાસણા એકાંતર, ચોથે મહિને એકાસણા અને બેઆસણાં એકાંતર કરવા.

૧૫૫ શુદ્ધી તપ—આઠ આયંબિલ સાત

૧૫૬ સિદ્ધાસન તપ—આઠ વખત પાંચ પાંચ ઉપવાસ.

૧૫૭ સ્વર્ગ કરંડક તપ—૧૨ એકાસણાં ૮ નીવી, ૪ આયંબિલ અને ૧ ઉપવાસ.

૧૫૮ સૌભાગ્ય કલ્પવૃક્ષ તપ—ચૈત્ર વદ ૧ થી શરૂ કરી એકાંતર પારણાવાળા ૧૫ ઉપવાસ.

૧૫૯ સ્વર્ગસ્વસ્તિક તપ—૪ એકાસણા ૧ ઉપવાસ કુલ ૫ દિવસ.

આ બધા તપોનો વિસ્તાર આદિની માટે જિન સુબોધ આચાર દિનકર અને તપોરત્ન મહોદધિ નામના ગ્રંથો જોવા જણાય છે.

[૧૮]

તપ કેવી રીતે કરવું જોઈએ?

જ્ઞાની પુરુષોએ અનુષ્ઠાનના પાંચ પ્રકારો બતાવ્યા છે —

(૧) વિષાનુષ્ઠાન.

(૨) ગરલાનુષ્ઠાન.

(૩) અનોન્યાનુષ્ઠાન.

(૪) તદ્‌હેત્વનુષ્ઠાન.

(૫) અમૃતાનુષ્ઠાન.

સામાજિક લાભો પ્રાપ્ત કરવાની ઇચ્છાથી જે અનુષ્ઠાન કરવામાં આવે તેને વિષાનુષ્ઠાન કહે છે

આ રીતે કરવામાં આવતુ અનુષ્ઠાન વિષની માફક ત્યાજ્ય હોવાથી તેનુ નામ વિષાનુષ્ઠાન રાખવામા આવેલુ છે

પરલોકના સુખની ઇચ્છાથી જે અનુષ્ઠાન કરવામા આવે તેને ગરલાનુષ્ઠાન કહે છે તે પણ ગરલની માફક ત્યાજ્ય જ છે

એમનુ જોઇને બીજાએ કરવુ અર્થાત્ અમુક વ્યક્તિ કરે છે, માટે આપણે પણ કરીએ, તેવી ભાવનાથી થતુ અનુષ્ઠાન અન્યોન્યાનુષ્ઠાન કહેવાય છે, અને તે પણ ત્યાજ્ય છે

મૂળ હેતુ સમજીને જે અનુષ્ઠાન કરવામા આવે તેને તદ્-હેતુઅનુષ્ઠાન કહે છે અને તે આરાધ્ય છે

હેતુની સમજણપૂર્વક અને ઉચ્ચ ભાવનાઓ સાથે બરાબર વિધિસર જે અનુષ્ઠાન કરવામા આવે તેને અમૃતાનુષ્ઠાન કહે છે બધા પ્રકારના અનુષ્ઠાનોમા આ અનુષ્ઠાન શ્રેષ્ઠ છે અને તે આરાધવા યોગ્ય છે

તપ પણ એક અનુષ્ઠાન હોવાથી આ પાંચે પ્રકાર તેને લાગુ પડે છે

જે માણસો આજીવિકાના હેતુથી, પારણાના દિવસે અમુક લાભ થવાના હેતુથી, લોકોમા વાહવા કહેવાય તેવા હેતુથી કે ગરીબાઇ ગૃહક્લેશ, શત્રુનો ભય ટાળવાના હેતુથી તપ કરે છે તેને વિષાનુષ્ઠાન જ કહી શકાય. તેવા તપથી મહાન આત્મ કલ્યાણનો લાભ થવાની જે સભાવના હોય છે તે નષ્ટ થાય છે વળી તપનો હેતુ ઇન્દ્રિયદમન અને આત્મશુદ્ધિ હોવાથી તેના જ ફળરૂપ દેવલોકના ભોગવિલાસની વાંછા કરવી તે તેના મૂળ હેતુથી જ વિરુદ્ધ છે મતલબ કે એવુ તપ નિરર્થક છે

આ તો કેવળ શ્રી પુરૂષે એકલીનનું જોવે જો પ
કરવું રહે જે તપ કરત જોવાય છે પણ તાદ થી કુ
તે તેથી ગાઢ કરવું જોઈએ વળી કાંઈ પણ સમજ્યા વિ
એવી તપ દ્રવ્ય જો માન મળે એવું તે દરેક નથી

ત્યા શ્રી પુરૂષે એ તપનું સ્વરૂપ આ પ્રમાણે કહેલ છે
જોઈએ

દશવૈકાલિક ગ્રન્થમા નવ તેથી રીતે કરવું તે સમજે
કહ્યું છે —

नो इहलोगट्ठयाए नो परलोगट्ठयाए नो कित्तिवन्नसद्द
सिलोगट्ठयाए नन्नत्थ निज्जरट्ठयाए ।

આ લોકના સુખની ઈચ્છાથી નહિ, પરલોકના સુખની ઈચ્છાથી નહિ, આ લોક અને પરલોક બન્ને લોકના સુખની ઈચ્છાથી નહિ, કીર્તિ ... ની ઈચ્છાથી નહિ કિન્તુ કેવળ કર્મની નિર્જરા અર્થે તપ કરવું જોઈએ.

આ સાથે એ પણ ધ્યાનમાં રાખવું જોઈએ કે મન ઉપર કાબુ ન રહે એવું તપ કરવું નહિ કારણ કે એવી એક માગનો માનસિક ક્લેશ ઉત્પન્ન થાય છે અને બીજી વાર તપ કરવામાં ઉત્સાહ રહેતો નથી. કહ્યું છે —

सो अ तवो कायव्वो,
जेण मणो मंगुलं न चिंतेइ ।
जेण न इंदियहाणी,
जेण जोगा न हायंति ॥

તેવુંજ તપ કરવું કે જે કરવાથી મન (ખરાબ વિચારો કરનારું) દુષ્ટ ન થાય ઇંદ્રિયોની હાનિ ન થાય અને યોગ પણ ન

કરણથી (મન વચન અને કાયાનો યોગ) એટલે તપ, મનના સંપૂર્ણ ઉલ્લાસ સહિત કર્મક્ષય કરવા માટેજ કરવું જોઈએ.

[૧૯]

તપના સામાન્ય નિયમો

કોઈ પણ પ્રકારનું તપ કરવામાં આવે તેમાં નીચેના નિયમોનું પાલન કરવું આવશ્યક છે –

(૧) તપના પ્રાણરૂપ બ્રહ્મચર્યનું પાલન કરવું

(૨) વાણી પર સંયમ રાખવો.

(૩) અમુક સમય સુધી મૌન રાખવું

(૪) અમુક સમય ધ્યાનમાં ગાળવો તે ન બને તો નવકાર વાળીઓ ગણવી

(૫) અમુક સમય સ્વાધ્યાયમાં પસાર કરવો. તે વખતે એવા પુસ્તકોનું વાચન કરવું કે જેથી કર્મની નિર્જરા કરવામાં પ્રોત્સાહન મળે વાંચતા ન આવડતું હોય તેમણે બીજા પાસે પુસ્તકો વંચાવીને ધ્યાનપૂર્વક સાંભળવા.

(૬) ક્રોધ, માન, માયા અને લોભનો બને તેટલો ત્યાગ કરવો

(૭) સવાર સાંજ આત્મનિરીક્ષણ-પ્રતિક્રમણ કરવું

(૮) દેવગુરુની ભક્તિ કરવી.

(૯) તપની પૂર્ણ [illegible] યથાશક્તિ ઉદ્યાપન કરવું

(૨૦)

તપ અને ઉદ્યાપન

જૈન સમાજમાં આજે એવી માન્યતા ફેલાઈ છે કે નાનું મોટું ઉદ્યાપન કરવાની શક્તિ હોય અથવા તેની પાછળ અમુક ખર્ચ કરવાની શક્તિ હોય તો જ અમુક તપ થઈ શકે અને આ જ માન્યતાને કારણે આપણે ત્યાં ઉપવાસ કરે છે, નવ ઉપવાસ કરે એ પણ અઠ્ઠાઈ-અઠ્ઠાઈ ઉપવાસ કરતા નથી.

તપની મૂળ ભાવના જોતાં આ વસ્તુ બરાબર નથી. તપો સમાજ માટે નહિ પણ આત્મશુદ્ધિ માટે છે. એમ આત્મશુદ્ધિ માટે જે તે જાતનું તપ કરવામાં આવે તેમાં કોઈ પણ રૂઢિ રિવાજ કે ધામધૂમ કારણરૂપ ન બની શકે નહિ. પરંતુ શક્તિ મુજબ હોય પણ ધનનો સદુપયોગ થાય તે ઇષ્ટ છે.

આજે જે રીતે ઉદ્યાપન થાય છે તેની ઉપયોગિતા પણ વિચારણીય છે. જ્ઞાન, દર્શન આદિના અમુક ઉપકરણો મૂકી તેને સાધુ-સાધ્વીને વહોરાવી દેવા માત્રથી જ્ઞાન, દર્શન કે ચારિત્રની પ્રભાવના થતી નથી. તે માટે ઉચ્ચ પ્રતિનું સત્સાહિત્ય-પ્રકાશન કેળવણીની સંસ્થાઓને મદદ, ધર્મપ્રચારક સંસ્થાઓની મજબૂતી વગેરે અનેક રીતિઓ ઉપયોગમાં લેવી જોઈએ

(૨૧)

તપપ્રશંસા

શ્રીમાન ભાવવિજયજી ઉત્તરાધ્યયન સૂત્રની ટીકામાં તપની શક્તિ વિષે જણાવે છે કે—

मल स्वर्णगत वह्निर्हंस क्षीरगत जलम् ।
यथा पृथक्करोत्येव जन्तो कर्ममल तप ॥१॥

જેમ સુવર્ણમા રહેલા મેલને અગ્નિ જૂદો પાડે છે, તથા દૂધમા રહેલા જળને જેમ હસ જૂદુ પાડે છે, તેમ તપ જતુના કર્મરૂપ મેલને (આત્માથી) જૂદો પાડે છે

– ૧૮ –

અધ્યાત્મકલ્પદ્રુમ નામના ગ્રથમા તપનો મહિમા વર્ણવતા કહ્યુ છે કે—

तपासि तन्याद् द्विविधानि नित्य,
सुखे कटुन्यायतिसुन्दराणि ।
निघ्नति तान्येव कुकर्मराशि,
रसायनानीव दुरामयान् यत् ॥

શરૂઆતમા કડવા લાગે તેના પણ પરિણામે સુદર એવા બને પ્રકારના તપો હમેશા કરવા. કારણ કે જેવી રીતે રસાયન દુષ્ટ રોગોને દૂર કરે છે, તેમ તે કુકર્મના ઢગનાનો વિનાશ કરે છે

તપનો પ્રભાવ દર્શાવતા શ્રી સોમપ્રભસૂરિ સિંદૂરપ્રકરણમા જણાવે છે કે—

यत्पूर्वार्जितकर्मशैलकुलिश यत्कामदावानल–
ज्वालाजालजल यदुग्रकरणग्रामाहिमन्त्राक्षरम् ।
यत्प्रत्यूहतम समूहदिवस यल्लब्धिलक्ष्मीलता–
मूल तद्विविधं यथाविधितप कुर्वीत वीतस्पृह ॥

જે તપ પૂર્વે ઉપાર્જન કરેલા કર્મરૂપી પર્વતને ભેદવામાં વજ્ર સમાન છે જે તપ કામરૂપી દાવાગ્નિની જ્વાળાઓના સમૂહને શમન કરવાને જળ સમાન છે જે તપ ઉગ્ર ઇંદ્રિયોના સમૂહરૂપી સર્પને વશ કરવામાં મંત્રાક્ષર સમાન છે જે તપ વિઘ્નરૂપી અંધકારના સમૂહનો નાશ કરવામાં દિવસ તુલ્ય છે, તથા જે તપ લબ્ધિની સંપત્તિરૂપ લતાનું મૂળ છે એવા વિવિધ પ્રકારના તપને કર્મક્ષયનિમિત્તે યથાવિધિ કરવું.

यस्माद्विघ्नपरंपरा विघटते दास्यं सुराः कुर्वते ।
कामः शाम्यति दाम्यतीन्द्रियगणः कल्याणमुत्सर्पति ॥
उन्मीलन्ति महर्द्धयः कलयति ध्वंसं च यः कर्मणां ।
स्वाधीनं त्रिदिवं शिवं च भवति श्लाघ्यं तपस्तन्न किम् ॥

જે તપથી વિઘ્નનો સમૂહ નાશ પામે છે દેવતાઓ દાસપણું કરે છે, કામ શાંત થાય છે, ઇંદ્રિયોના સમૂહનું દમન થાય છે કલ્યાણ પ્રસરે છે, મોટી ઋદ્ધિઓ પ્રાપ્ત થાય છે કર્મોનો સમૂહ નાશ પામે છે તથા સ્વર્ગ અને મોક્ષ પોતાને સ્વાધીન થાય છે એવો તપ શું વખાણવા યોગ્ય નથી?

कान्तारं न यथेतरो ज्वलयितुं दक्षो दवाग्निं विना ।
दावाग्निं न यथापरः शमयितुं शक्तो विनाम्भोधरम् ॥
निष्णातः पवनं विना निरसितुं नान्यो यथाऽम्भोधरं ।
कर्मौघं तपसा विना किमपरं हन्तुं समर्थं तथा ॥

ગીચ ઝાડીવાળા જંગલને સાફ કરવું હોય તો તે દાવાનળ સિવાય બીજા કોઈ હથિયારથી થઈ શકે નહિ. વિસ્તાર પામેલા દાવાનળને બુઝાવવાની જરૂર પડે ત્યારે વરસાદ વિના

બીજુ કોઈપણ સાધન તેને સર્વથા શમાવી શકે નહિ, વરસાદ જ્યારે ગાંડોતુર બનીને પડવા લાગે અને ગામ નગરને ડુબાડવા લાગે ત્યારે પવન વિના તેને વિખેરવાનુ બીજુ કોઈ સાધન નથી તેજ રીતે કર્મના સમૂહને અસ્તવ્યસ્ત કરી નાખવા યા બાળી નાખવા તપ જેવુ બીજુ કોઈ સાધન નથી

તપની કલ્પવૃક્ષ સાથે સરખામણી કરતા તેઓ જણાવે છે કે—

मतोपस्थूलमूल प्रशमपरिकरस्कन्धबधप्रपच ,
पचाक्षीरोघशाख स्फुरदभयदल' शीलसतप्रवाल ।
श्रद्धाम पूरसेकाद्विपुलकुलबलैश्वर्यसौन्दर्यभोग ,
स्वर्गादिप्राप्तिपुष्प शिवसुखफलद स्यात्तप पादपोऽयम् ॥

મતોષરૂપી મોટા મૂળવાળુ, ક્ષમાના પરિવાર રૂપી થડની રચનાવાળુ, પાચ ઈન્દ્રિયના દમનરૂપી શાખાવાળુ, સ્ફૂરાયમાણ અભયદાન રૂપી પાદડાવાળુ, બ્રહ્મચર્ય રૂપી સપત્તિએ કરી નવપલ્લવવાળુ, શ્રદ્ધારૂપી જળ છાટવાથી વિસ્તારવંત, કુળ, બળ, ઐશ્વર્ય અને સુન્દરતાના ભોગવાળુ, સ્વર્ગાદિકની પ્રાપ્તિરૂપ પુષ્પવાળુ અને મોક્ષ સુખરૂપી ફળને દેવાવાળુ આ તપ ખરેખર કલ્પવૃક્ષ જ છે

તપકુલકમા તપના મહિમા સબધી જણાવ્યુ છે કે—
किं बहुणा भणिएण, ज कस्स वि कहवि कत्थवि सुहाइ ।
दीसति भवणमज्झे, तत्थ तवो कारण चेव ॥

વધારે વર્ણન કરવાથી શુ? જગતમા કોઈને ક્યાઈ કાઈ પણ સુખ દેખાય છે તેનુ કારણ તપ જ છે

શ્રીમાન્ યશોવિજયજી મહારાજ તપની મહિમા આ રીતે [illegible]
જણાવે છે કે—

આમોસહી પમુહ બહુવિહ, રિદ્ધિ સમ્મ પ્રભાવે,
અટ્ઠ મહાસિદ્ધિ નવનિધિ પ્રગટે, નમીએ તે તપ ભાવે રે
ફળ શિવસુખ મહોટું સુર નરવર સંપત્તિ જેહનું ફૂલ.
તે તપ સુરતરૂ સરિખો વંદુ સમ મકરંદ અમૂલ રે.
સર્વ મંગલમાં પહેલું મંગલ વરણવિયે જે ગ્રંથે
તે તપપદ ત્રિહું કાળ નમી જે વર સહાય શિવપંથે રે

જેના પ્રભાવથી આમોસહી પ્રમુખ લબ્ધિઓ, અષ્ટમહા સિદ્ધિ અને નવનિધિ પ્રગટ થાય છે, તે તપને ભાવથી નમસ્કાર કરો. ઈન્દ્રની અને ચક્રવર્તીઓની સંપત્તિ તથા મોક્ષની પ્રાપ્તિ જેનું ફળ છે એવા કલ્પવૃક્ષના મકરંદ સમ તપને ભાવથી નમસ્કાર કરો.

બધા મંગલોમાં પહેલા મંગલ તરીકે જેનું ગ્રંથમાં વર્ણન આવે છે અને મોક્ષે જવાને જે ઉત્તમ સહાયરૂપ છે, તે તપપદ ત્રણે કાળ નમવા યોગ્ય છે

તપનો સદા જયજયકાર હો !

—(૦)—

વરસી તપનું મહાત્મ્ય

જૈન સમાજમા વરસી તપનુ મહાત્મ્ય ઘણુ છે હજારો નરનારીઓ, મોટા સમુદાયમા આ તપનુ આરાધન કરી પુણ્યશાલી બને છે આ તપને ઋષભદેવ-સવત્સર તપ પણ કહેવાય છે કારણ કે વર્તમાન ચોવીશીના આદિ તીર્થંકર શ્રી ઋષભદેવ ભગવાને દીક્ષા લીધા પછી લાગલાગટ ૩૬૦ દિવસના ઉપવાસ પછી નિર્દોષ ઈક્ષુરસથી પારણુ કર્યુ હતુ

આ તપનો વિધિ નીચે મુજબ છે—

તપનો પ્રારભ ફાગણ વદ આઠમના દિવસે ઉપવાસ કરીને કરવામા આવે છે આ પછી એકાતરે ઉપવાસ અને બેઆસણું કરવાનુ હોય છે અર્થાત ઉપવાસના પારણે બેઆસણુ ને તેના પારણે ઉપવાસ આમ તેર મહિના અને અગિયાર દિવસ સુધી તપ કરી અખાત્રીજના દહાડે પારણુ કરી તપની પૂર્ણાહુતિ કરવામા આવે છે આ દિવસે યથાશક્તિ સ ઘવાત્સલ્ય, દેવગુરુની ભક્તિ તેમજ બીજા ધર્મકાર્યો પણ કરવામા આવે છે સાથે **श्री ऋषभदेवनाथाय नमः** પદની વીસ નવકારવાળી ગણવામા આવે છે પારણાના દિવસે રૂપાના બનાવેલા તદ્દન નાના ઘડામા શેરડીનો રસ ભરી તેવા ૧૦૮ ઘડાથી પારણુ કરવામા આવે છે કેટલાક તપ કરનારાઓ ઋષભદેવ સ્વામીના શાસ-

નમાં છટ્ઠ તપ ૩૬૦ દિવસનો છે, તેને આઠીને ઉપવાસ ને પારણું બેઆસણું ને બેઆસણાના પારણે ઉપવાસ, એમ કરી ૪૦૦ ઉપવાસ કરે છે, ને ત્રીજા વર્ષે અખાત્રીજને દિવસે તપ પૂર્ણ કરે છે તપ કરતાં વચમાં જો અખાત્રીજ (અક્ષયતૃતીયા) આવે તે દિવસે ખાવાવાર આવતો હોય તો પણ ઉપવાસ કરવાનો હોય છે કેટ તપની પૂર્ણાહુતિ વેળાએ બને તેટલાં સમભાવપૂર્વક ધર્મકાર્યો કરવાનાં હોય છે તપ ચાલુ હોય તે વખતે પણ દરરોજનાં ધાર્મિક અનુષ્ઠાનો તો કરવાનાં જ હોય છે

આ તપના ઉદ્ભવની આત્મકલ્યાણકારી કથા દરેક મુમુક્ષુએ ધ્યાનપૂર્વક સાંભળવી ઘટે છે તે કથા નીચે મુજબ છે –

•

रिसहेस समं पत्तं,
निरवज्जं इक्खुरससमं दाणं,
सेयाससमो भावो,
हविज्ज जई मग्गीय हुज्जा ॥

—શ્રુતકેવલિ ભગવાન ભદ્રબાહુ

(૧)

જગતની સંસ્કૃતિના આદિ પ્રણેતા, ભરતક્ષેત્રના પ્રથમ પૃથ્વીનાથ, શ્રી ઋષભદેવ એક દિવસ નંદનોદ્યાનના લતામંડપમાં બેઠા બેઠા, કંઈક વિચારમાં નિમગ્ન થયા

વસંતઋતુ જામી હતી બગીચામાં પંચવર્ણી પુષ્પો મઘમઘી ઊઠ્યાં હતાં અશોક, બકુલ ને કદંબની ડાળી ડાળી ફૂલોથી લચી રહી હતી વનપ્રદેશની શોભા અનેરી હતી વૃક્ષે વૃક્ષે કોકિલાઓ કલરવ કરતી હતી અને ફૂલે ફૂલે ભમરા ગુંજારવ કરતા હતા મલયાચલનો વાયુ આખાયે જનપ્રદેશને સુરભિત કરતો વહી રહ્યો હતો સરોવરો અને સરિતાઓ સ્ફટિક જેવી સ્વચ્છ ને શીતળ બની રહી હતી

આજે આખુંય નગર વસંતોત્સવ ઉજવવામાં પડ્યું હતું પૃથ્વીનાથ ઋષભદેવ ક્ષણે ક્ષણે કંઈ વિચાર કરતા એ જોઈ રહ્યા હતા

શિયાળુ પાક લણાઈ રહ્યો હતો શેરડીના ભરચક ખેતરો હવામાં ડોલી રહ્યા હતા ગોકુળના ગોકુળ વનપ્રદેશમાં સ્વચ્છંદે વિહરી રહ્યા હતા પણ આજે દૂકાને વેપારીઓ નહોતા, ખેતરે ખેડૂતો નહોતા, ગોકુળના ગોપાલકો કયાંય દેખાતા નહોતા

કારણ કે સહુ વસંતોત્સવ માણવા વનપ્રદેશમાં એકઠા મળ્યા હતા સ્ત્રીઓ ફૂલની માળા બનાવી પોતાના પતિને કંઠે આરોપી રહી હતી કોઈ પતિપત્ની હિંડોળે ઝુલતા અનેક પ્રકારના હાસ્યવિનોદ કરી રહ્યા હતા કોઈ દંપતી વનપ્રદેશમાં નિરંકુશપણે વિહરી રહ્યા હતા નાના નાના બાળકો સુંદર રમતો રમી, કિલકિલાટ હાસ્યથી દિશાઓને ભરી દેતા હતા

આ દૃશ્યો નિરખી રહેલા પૃથ્વીનાથના નયનો ક્ષણવારને માટે મીંચાઈ ગયા તેઓ વિચાર કરવા લાગ્યા, કે 'આવી ક્રીડા મેં બીજે અવશ્ય જોઈ છે'

વિચારણા આગળ વધી અને જન્મથી અવધિજ્ઞાનના માલિકને તરત જ જણાઈ આવ્યું, કે પોતે પૂર્વે ઉત્તરોત્તર ભોગવેલ ભોગોનું એ સ્મરણ છે ફરીથી તેમના નયનો ઉઘડ્યા, પણ ચિંતવન ચાલુ જ રહ્યું

"અહા, નાશવંત આ સુખોમાં મુગ્ધ બનનારને લાખો વાર ધિક્કાર હજો! રાગ, દ્વેષ અને મોહથી ઉન્મત્ત પ્રાણીઓના જન્મને ધિક્કાર હો, જેઓનો જન્મ વીતી ગયેલી રાત્રિના જેમ વ્યર્થ જાય છે

"સંસારના આ કષાયકીચમાં ખુંચી ગયેલા જનો પોતાના કીધું થતાં આત્માને જોઈ શકતા નથી સોનાના પિંજરમાં પૂરાયેલા પોપટની જેમ તેઓને તાત્કાલિક સુખો સિવાય આત્મિક સુખનું જરાય ભાન નથી કર્મને વશ થઈને, કષાય રૂપી પહેરેગીરોની ચોકીમાં રહીને, માનના, મમત્વના લાલસાના, દુરાશયના રાગ-દ્વેષથી પરિપૂર્ણ કૂપમાં ડુબેલા આ લોકોને, આ ભવ, પરભવ કે યાવત્ મોક્ષના સ્વાતંત્ર્ય સુખનું જરા જેટલુંય ભાન નથી

"હવે ધર્મતીર્થ પ્રવર્તાવવાની જરૂર છે લોકોને વ્યવહારવિષયક બધી વિદ્યાઓ શીખવી દીધી સૌથી પ્રથમ શિખવાડેલ કુંભકારના શિલ્પથી લઈને આ લોકો મકાન બાંધવાની, ચિત્રકામ કરવાની,

કપડાં વણવાની તથા નાપિતની વિદ્યામા કુશળ બન્યા છે જગતની વ્યવસ્થા માટે ચેાજેલ શામ, દામ, દડ ને ભેદ એ ચાર ઉપાયેા પણ લેાકમા માગી રીતે પ્રવર્તી ગયા છે યુવરાજ ભરતને બહેાતેર કળાએા શીખવી દીધી છે બાહુબલિને હાથી, અશ્વ, સ્ત્રી અને પુરુષના અનેક ભેદવાળા લક્ષણેામા વિશારદ બનાવ્યેા છે બ્રાહ્મીને અઢાર લિપિએા બતાવી દીધી છે અને સુદરીને ગણિતવિષયક જ્ઞાન પણ આપી દીધું છે ઉગ્ર, ભેાગ, રાજન્ય અને ક્ષત્રિય એવા ચાર કુળેાની રચના પણ યથાસ્થિત થઈ છે, દડનીતિ વિષે પણ જનતાનુ ઉચિત જ્ઞાન થયુ છે

"માગી પ્રવર્તાવેલી વ્યવહારવિષયક તમામ સસ્કૃતિમા લેાકેા કુશળ થઈ ગયા છે ખેડૂતેા ન્યાયપૂર્વક ખેતરેા ખેડે છે ને યેાગ્ય ભાગ લઈ નિર્વાહ ચલાવે છે શેરડીની ખેતી માટે પણ ક્ષત્રિયેા ન્યાયપૂર્વક વર્તે છે ગેાપાલકેા પેાતાના જનાવરેા પ્રત્યે સદ્ભાવ રાખે છે ને કેાઈ એકબીજાનુ લૂટી લેવાની કલ્પના પણ કરતુ નથી માતાએા પુત્રેાનુ પાલન યથેષ્ટ રીતે કરે છે પિતાએા પિતૃધર્મમા પણ બરાબર સમજ્યા છે પતિ-પત્નીના યુગલેા પણ એક બીજા સાથે હેતથી વર્તે છે સસાર આખેા વ્યવસ્થિત બધારણ પૂર્વક ચાલવા લાગ્યેા છે

"હવે જગતને મહુથી વધુ ને આત્યતિક જે

જરૂર છે, એ ધર્મતીર્થ પ્રવર્તાવવાની છે માગ આયુષ્યના ૨૦ લાખ વર્ષ પૂર્વ યુવરાજપદમા ગયા ને ૬૩ લાખ વર પૂર્વ રાજ્યની ધુરા વહેતા ગયા હવે ધર્મતીર્થ પ્રવર્તાવવા માટે ગજત્યાગ કરવાનો સમય આવી પહોચ્યો છે આ લોકોને સાસારિક આસક્તિથી વિમુખ કરવા ધર્મમાર્ગ બતાવવાની હવે જરૂર ઊભી થઈ છે ”

પૃથ્વીનાથ આ વિચારામા મગ્ન હતા, ત્યા પાચમા દેવલોકને અન્તે વસનારા અરુણ, આદિત્ય, સારસ્વત આદિ લોકાતિક દેવો વસતોત્સવની સુદરતા નિહાળતા નન્દનોદ્યાનમા આવી પહોચ્યા તેઓએ નમસ્કારપૂર્વક પ્રાર્થના કરી કે,

‘હે નાથ! હવે ધર્મતીર્થ પ્રવર્તાવી જગતનુ કલ્યાણ કરો!’

પૃથ્વીનાથ ઋષભદેવે સ્મિતપૂર્વક તેનો પ્રત્યુત્તર વાળ્યો લોકાતિક દેવો સહર્ષ વિદાય થયા ધર્મતીર્થ પ્રવર્તાવવાની ઇચ્છાવાળા ઋષભદેવ શાન્ત ચિત્તે રાજમહેલ તરફ પધાર્યા

આનદમા ગરમાવ થયેલા રસિયાઓએ નિરાતે વનતોત્સવ ઉજવ્યા કર્યો પણ રાજમહેલમા પધારીને શ્રી ઋષભદેવે રાજ્યત્યાગનો ને સયમધર્મ સ્વીકાર કરવાનો પોતાનો નિશ્ચય જાહેર કર્યો આ સમાચાર થોડીવારમા બધે પ્રસરતા ભરતાદિક કુમારોની, વફાદાર સચિવાદિ સેવકોની અને નાના

આગ માફક ઉઠેરેલા પ્રજાજનોની ચિંતાનો પાર ન રહ્યો

લોકોને ધર્મવિષયક કશુ જ્ઞાન નહોતુ ધર્મ શું તે જાણતા નહોતા કેવલ પ્રભુનો વિયોગ તેમને વ્યાકુલ બનાવી રહ્યો હતો શ્રી ઋષભદેવે પોતાના રાજ્યની બગબર વહેચણી કરી અને યુવરાજ ભરતને રાજદંડ ગ્રહણ કરવા આજ્ઞા કરી બીજી રાજકીય વ્યવસ્થા કરી દીધી, અને એક વર્ષ માટે શ્રી ઋષભદેવે સાંવત્સરિક દાનની શરૂઆત કરી ચતુષ્પથ તથા દરવાજાઓ પર ઘોષણા કરાવી, કે "જે જેનો અર્થી હોય, તેણે આવીને તે લઈ જવુ"

શ્રી ઋષભદેવ સમા દાતા ક્યાથી મળે? આમ દાન દેતા એક વર્ષ વીત્યુ, ને ગૃહત્યાગનો સમય આવી પહોચ્યો

ગ્રીષ્મ ઋતુ હતી ચૈત્રનો મહિનો હતો અંધારી આઠમનો ચંદ્ર ઉત્તરાષાઢા નક્ષત્રમા વિરાજતો હતો આવે સમયે પૃથ્વીપતિએ સંયમધર્મ સ્વીકાર્યો

આ વેળાએ કચ્છ–મહાકચ્છ આદિ ચાર હજાર રાજાઓએ પ્રભુનો વિયોગ સહન ન કરી શકતા, તેમજ તેમના પૂર્વેના અતિશય પ્રસાદોને યાદ કરીને પ્રભુની સાથે જ દીક્ષા ગ્રહણ કરી જગતના આદિ મુનિ ઋષભદેવ પૃથ્વીપર મૌન ભાવે વિહાર કરવા લાગ્યા

એમ કરતા દીક્ષા વખતે કરેલા ઉપવાસના પારણાનો દિવસ આવ્યો પ્રભુનો નિશ્ચય હતો,

કે નિરવદ્ય બેતાલીશ દોષથી રહિત અમુક યોગ્યતાવાળો ખોરાક ગ્રહણ કરવો એ ન મળે તો ન ગ્રહણ કરવો તેઓ જે જનકુળમા જતા, ત્યા લોકો તેમનુ સન્માન કરવા દોડી આવતા

પણ બધા લોકો એકાન્તમુગ્ધ હતા મુનિધર્મની કોઈને જાણ નહોતી પ્રભુ એક મહામોટા રાજા છે, એમ સમજી સહુ અશ્વ, ગજ, કે બીજી બહુમૂલ્ય વિધવિધ ભેટો લઈને હાજર થતા

પણ પ્રભુ કોઈની સામે જોયા વિના, કશુંય સ્વીકાર્યા વિના મૌનપણે આગળ વધતા ભક્તોની મુંઝવણ વધી પડતી અરેરે ! દીનાનાથે કંઈ જ ન સ્વીકાર્યું આપણુ કેવું દુર્ભાગ્ય !

ક્ષુધા અને પીપાસાના પરિષહને સહન કરતા, પ્રભુ આમ ગામોગામ વિચરવા લાગ્યા કોઈ સ્થળે એમને નિરવદ્ય આહાર-પાણી ન મળી શક્યા, તે ન જ મળ્યા !

વહાણો જેમ પવનને અનુસરે, એમ ચારહજાર મુનિઓ પણ ક્ષુધા પીપાસા સહન કરતા તેમને અનુસરી રહ્યા હતા, પણ પ્રભુ તો ધૈર્યના સાગર હતા સાવદ્ય-ફળફળાદિ કે બીજી કોઈ દુન્યવી વસ્તુ એમને ધ્યેયથી ચૂકાવે તેમ નહોતા

પણ કચ્છ-મહાકચ્છાદિ રાજાઓના ધૈર્યને તો સીમા હતી સુંદર સરોવરો એમને લોભાવતા હતા સુસ્વાદુ ફળો એમના ભૂખ્યા મનને તોફાને ચડાવતા

હતા. માર્ગમા લોકો દ્વારા અપાતા અલ કારો એમની મમત્વવૃત્તિને જાગ્રત કરતા હતા તત્ત્વજ્ઞાનથીરહિત એ મુનિઓ ધીરેધીરે શિથિલ બનતા જતા હતા આખરે તેઓએ નિર્ણય કર્યો, કે સમુદ્રને ઉલ્લ ઘન કરનાર ગરુડરાજ સાથે ક્ષુદ્ર પ ખીઓનો સાથ ન હોય, માટે આપણે બીજો માર્ગ લેવો આખરે તેમણે પ્રભુનો સાથ છોડયો ને જટાધારી તાપસો બન્યા

ચાર હજાર ગયા, એની પ્રભુને એવના ન હતી તેઓ તો ક્ષુધા-પીપાસા વગેરે પરિષહો સહન કરતા પૃથ્વીપટ પર વિહરવા લાગ્યા મેરુ ચળે પણ પ્રભુનો નિશ્ચય ચળે તેમ ન હતો

(૭)

આજ હસ્તીનાપુર નગરીના મહાભાગ્ય જાગ્યા હતા પૃથ્વીમા વિહાર કરતા આદિનાથ ઋષભદેવ નગરમા પધારતા હતા

જ્યા જ્યા આ સમાચાર પહોચ્યા, ત્યા ત્યાથી નગરજનો દોડી આવ્યા બાળક ધવરાવતી માતાઓ દોડી આવી કામ કરતા કારીગરો દર્શન કરવા વેગથી ધસી આવ્યા ખાતા ને રમતા બાળકો પણ પ્રભુ-દર્શને દોડી ગયા વેપારીઓએ વેપાર મૂકયો ખેડુતોએ ખેતર સૂના કર્યા ગાયોના ધણના ધણ ચરતા મૂકી ગોવાળો પ્રભુદર્શને આવી પહોચ્યા જેણે સમાચાર સાભળ્યા, તે ઘડીનાય વિલ બ વિના ત્યા આવી પહોચ્યુ.

દર્શનની એ સુભગ ઘડી કોણ ગુમાવે?

પણ આ શુ? એ પૃથ્વીનો પતિ ઉઘાડે મસ્તકે, ઉઘાડે પગે કશાય ગજચિન્હો વિના રાજમાર્ગ પર ચાલ્યો આવે છે, એ જોઈ અનેકની આંખો માથી શ્રાવણ-ભાદરવો વરસવા લાગ્યો અરેરે! પૃથ્વીપતિને ઘેર તે શી ખોટ પડી?

જોતજોતામા નગરજનો પ્રભુને વીટળાઈ વળ્યા લોકો પગમા પડતા વિનવે છે 'પ્રભુ! મારે ઘેર પધારો! આપના કૃશ થયેલા દેહને અમો જોઈ શકતા નથી કૃપા કરી અન્ન-જળને આરામ લઈ મને કૃતકૃત્ય કરો.'

કોઈ આંખમા આંસુ લાવીને કહે છે 'હે ઉપકારી! સ્નાન કરવાને યોગ્ય જળ તૈયાર છે શયન કરવા શય્યા તૈયાર છે પહેરવા વસ્ત્રો પણ હાજર છે કૃપા કરો ને અમને ધન્ય કરો!'

કોઈ પ્રભુનો માર્ગ રોકી પ્રાર્થે છે કે, 'પ્રભુ! આજ અવસર આવ્યે અમને નિરાશ કરશો મા મારે ત્યા પધારો અને દેવાગના જેવી મારી કન્યાને સ્વીકારી મારો જન્મ સાર્થક કરો!'

પ્રભુ કશાય સામુ જોતા નથી એ તો રાજમાર્ગ પર આગળ વધે જાય છે અરે! નાથને શુ જોઈતુ હશે! એ દયાનિધિને શેની વાન્છના હશે? પ્રભુને નામે તે નવનિધિ પ્રગટે!

પણ આ શુ? પ્રભુ તો બોલતાય નથી કે કશું લેતાય નથી અર્ધ મીચાયેલા એમના નયનો જાણે સમાગના કોઈ પણ રંગને સ્પર્શતા નથી

નગરજનોનો આ કોલાહલ મહારાજા ભરતના પૌત્ર અને રાજા સોમપ્રભના પાટવીકુમાર શ્રેયાંસને કાને પડ્યો રાજભુવનમાં સભા ભરી બેઠેલા યુવરાજ શ્રેયાંસકુમારે તરત જ છડીદારને એ કોલાહલનુ કારણ જાણવા આજ્ઞા કરી

છડીદાર ઘડીએકમાં પાછો આવી પહોંચ્યો એણે આવીને નિવેદન કર્યું, કે—

"માલિક, ત્રણ જગતથી પૂજ્ય એવા આપના પ્રપિતામહ, પૃથ્વીનાથ ઋષભદેવ પૃથ્વીપટ પર નિષ્કિંચન ભાવે વિચરતા અત્રે પધાર્યા છે તેમનો સત્કાર કરતા નગરજનોનો આ કોલાહલ છે"

પ્રપિતામહનુ નામ સાંભળી શ્રેયાંસકુમાર ભરી સભામાંથી દોડ્યો ન પહેર્યાં ઉપાન કે ન ઓઢ્યુ છત્ર! ઉઘાડે માથે ને અડવાણે પગે!

પ્રભુ મદગતિએ ચાલતા શ્રેયાંસકુમારના ગૃહાંગણમાં આવી પહોંચ્યા હતા શ્રેયાંસકુમાર પ્રભુના પગમાં આળોટી પડ્યો પોતાના કેશથી તેમના પગ લૂછયા, પ્રદક્ષિણા કરી ને પુન નમસ્કાર કર્યા નમસ્કાર કરી પૂર્ણિમાના ચદ્રસમા પ્રભુમુખનુ એ દર્શન કરવા લાગ્યો

પૂર્ણિમાના ચદ્રના દર્શન કરતા, જેમ કુમુદિની ખીલી ઊઠે, એમ પ્રભુ-મુખચદ્રના દર્શન કરતા શ્રેયાંસનુ હૃદયકુસુમ ખીલી ઊઠ્યુ એના હૃદયમાં અપૂર્વ પ્રકાશ પથરાયો એને કંઈ સ્મરણ થવા લાગ્યુ

'અરે! પૂર્વે મેં પ્રભુને ક્યાંય જોયા છે?' ટ

આમ વિચારતા એને જાતિસ્મરણ જ્ઞાન પ્રગટ થયુ

"હુ કોણ ? પ્રભુનો પૂર્વભવનો સારથિ ! વ્રજ પ્રભાદિક અવતારમા પણ હુ તેમનો સાથી હતો આજે એ મારા પ્રપિતામહ છે અહો, એ તીર્થંકર થશે એવી વાણી મે વજ્રસેન અરિહતના મુખે પૂર્વભવમા સાભળી હતી એ જ તીર્થંકર, અરિહત, ત્રણલોકના નાથ !"

શ્રેયાસકુમાર એક વખત આનદથી નાચી ઉઠયો, પણ તરત જ એની નજર પ્રભુના દેહ પર ગઈ 'અહો, પ્રભુએ વર્ષદહાડાથી પારણુ કર્યું નથી ચાલ, હુ પ્રભુને પારણુ કરાવુ !'

શુભકાર્યને શુભયોગ અનુસરે છે પુણ્ય જાગતા હોય ત્યારે ધર્મસાધન આપમેળે મળી આવે છે બરાબર આજ વેળા ખેતરોના કૂવામા પીલીને કાઢવામા આવેલ શેરડીના રસના ઘડા લઈને કોઈ નગરજન આવી પહોચ્યો શ્રેયાનકુમારે જોયુ કે બેતાલીસ દોષથી મુક્ત આ ઇક્ષુરસ પ્રભુને યોગ્ય છે એણે પ્રાર્થના કરી

'દેવ ! આ રસ સ્વીકારો ! આપને યોગ્ય છે !'

પ્રભુએ કરપાત્ર લબાવ્યુ શ્રેયાસકુમારે શેરડીનો રસ ઠાલવવા માડયો

વર્ષાન્તે, ૩૬૦ દિવસ પછી પ્રભુએ પારણુ કર્યું

નગરજનોએ જયજયકાર વર્તાવ્યો આકાશમા પચદિવ્ય પ્રગટ થયા વાતાવરણ દુદુભી નાદથી

ગાજી ઊઠયુ શેરડીના રસમા શ્રેયાકુસમાર ભવો-ભરની બાજી જીતી ગયેા

વૈશાખ શુકલા તૃતિયાનેા એ દહાડેા ઇક્ષુરસના દાનથી અમર થઈ ગયેા પ્રભુએ વર્ષ દહાડે પારણુ કર્યું ત્રણ જગતના નાથનો અભિગ્રહ પૂરેા થયેા

ઘેર ઘેર ઉત્સવ મ ડાયેા, શેરીએ શેરીએ જય જયકાર વર્તી ગયેા પ્રભુએ પારણુ કરી શ્રેયાન-કુમારને તારી દીધેા દેવેાને દેાહ્યલુ દાન શ્રેયાસે પ્રભુને દીધુ ને દેવેાને દેાહ્યલુ મુક્તિદાન પ્રભુએ શ્રેયાસને આપ્યુ ધન્ય હેા દાન લેનાર ને દેનારને!

પારણુ કરી પ્રભુ આગળ વિહાર કરી ગયા

(૪)

દાન દઈ શ્રેયાસકુમાર મહેલે આવ્યા

નગરજનેાના આશ્ચર્યનેા આજે પાર નહેાતેા પેાતે સર્વસ્વ પ્રભુને ચરણે મૂકયુ પણ તેમણે નજર પણ ન કરી, અને શ્રેયાસના શેરડીના રસમા લેાભાયા આ વાતનુ રહસ્ય જાણવા બધા નગરજનેા શ્રેયાસકુમારના ભુવનમા ભેગા થવા લાગ્યા કચ્છ મહાકચ્છ આદિ તાપસેા પણ રહસ્ય સાભળવા આવી પહેાચ્યા નગરજનેાએ ખૂબ ઉત્સુક્તાપૂર્વક કુમારને ઉદ્દેશીને પૂછયુ "હે કુમાર! તમને ધન્ય હેા કે પ્રભુએ તમારે હાથે ઇક્ષુરસનુ પાન કર્યું અને અમેા દુભાગીઓને હજાર વાર ધિક્કાર હજો, કે અમારા સર્વસ્વ દાન સામે પ્રભુએ નજર સરખી પણ ન કરી! અરે! વર્ષોથી પુત્રની માફક અમારુ પાલન કરનાર પ્રભુએ

એક શબ્દ પણ અમને ન કહ્યો, જાણે કે પરિચય જ ન હોય!'

શ્રેયાસકુમારે સહુને શાન્તવન આપતા જણાવ્યું કે,

'તમે એમ શા માટે કહો છો? પ્રભુ પૂર્વની પેઠે પરિગ્રહધારી રાજા નથી, પણ હમણા તો તેઓ સઘળા પાપમય વ્યાપારોનો ત્યાગ કરી સાધુ થયા છે એમણે રાગ, દ્વેષ, મોહ બધુય તજ્યું છે, પછી એ શા માટે તમારા હાથી, ઘોડા કે કન્યા જેવી તુચ્છ વસ્તુઓ સ્વીકારે? આ દયાળુ પ્રભુ સવને અભય આપનારા છે, એટલે આહાર પણ એષણીય, કલ્પનીય ને પ્રાસુક સ્વીકારે છે "

અત્રે શ્રેયાસકુમારે મુનિધર્મ સમજાવ્યો નગરજનો એ સાભળી કહેવા લાગ્યા 'હે કુમાર! આ શિલ્પાદિક વિદ્યાઓ પ્રભુએ કહેલ છે ને બતાવેલ છે, એટલે સહુ કોઈ જાણે છે પણ તમે કહો છો, તે વાત કોઇ જાણતું નથી, એ કેમ?"

શ્રેયાસકુમારે નગરજનોની શકાનો જવાબ આપતા જણાવ્યુ કે," નગરજનો! તમારી વાત સાચી છે આજ પહેલા મને પણ એ વાતનુ જ્ઞાન નહોતું પણ સૂર્યના ઉદયથી જેમ સૂરજમુખી વિકસે છે, એમ પ્રભુના દર્શનથી મને જાતિસ્મરણ જ્ઞાન થયુ છે અને એથી મને આ બાબતની જાણ થઈ છે "

"પ્રભુ સાથે તમારો પૂર્વ જન્મનો સબધ શો હતો, એ અમને જણાવશો કે?' નગરજનોના આ પ્રશ્નના ઉત્તરમા શ્રેયાસકુમારે જણાવ્યુ કે –

"સ્વર્ગ અને મૃત્યુલોકમા પ્રભુ સાથે હુ આઠ ભવ સુધી ફર્યો છુ આ ભવથી અતિક્રાન્ત ત્રીજા જન્મમા વિદેહ ભૂમિમા ભગવત વજ્રનાભ નામે ચક્રવર્તી હતા હુ તેમનો સારથિ હતો તેમના પિતા વજ્રસેનને મે તીર્થંકર રૂપે જોયા હતા વજ્રનાભે તેમની પાસે દીક્ષા લીધી મે પણ તેમની પાસે દીક્ષા લીધી સ્વયપ્રભાદિક ભવોમા પણ હું તેમની સાથે હતો

"આ ઉપરાત ગઇ રાત્રે મને, મારા પિતાશ્રીને તથા શ્રેષ્ઠિ સુબુદ્ધિને ત્રણ પ્રકારના સ્વપ્ના લાધ્યા હતા સવારે સભામા એનો ખુલાસો થયો હતો એ સ્વપ્નો અને અર્થ નીચે મુજબ છે

"મે ગઇકાલ રાત્રે સ્વપ્નમા શ્યામ મેરુને દૂધથી પ્રક્ષાલિત કરેલો જોયો હતો તેથી આજે આ પ્રભુ કે જેઓ તપથી કૃશ થયેલા હતા, તેમને ઇક્ષુરસ વડે પારણુ કરાવ્યુ

"મારા પિતાશ્રીએ સ્વપ્નમા જોયુ કે ઘણા શત્રુઓવડે ચોતરફથી ઘેરાયેલા કોઈ રાજાએ પોતાના પુત્ર શ્રેયાસની મદદથી જય મેળવ્યો એ રાજા તે પ્રભુ, ઘણા શત્રુઓ તે સુધા પિપાસાદિ પરિષહો, તેનો મારા ઇક્ષુરસ વડે પ્રભુએ પરાભવ કર્યો

"સુબુદ્ધિ શ્રેષ્ઠિએ સ્વપ્નામા આવ્યુ કે 'સૂર્ય'-થી ચ્યવેલા સહસ્ર કિરણો શ્રેયાંસકુમારે સૂર્યમા પુન આરોપણ કર્યા અને આથી સૂર્ય વધુ પ્રકાશવા લાગ્યો સૂર્ય સમાન તે આ પ્રભુ, એમના સહસ્રકિરણ રૂપ જે કેવળજ્ઞાન તે આ અંતરાયથી દૂર હતું, તે આજે મારા પારણાથી જોડી દીધુ, ને આથી પ્રભુ વધુ દીપવા લાગ્યા

"પ્રજાજનો! મોટા કાર્યોની સૂચના પ્રકૃતિથી પહેલી મળી રહે છે માટે સુકર્તવ્યો તરફ રૂચિ રાખવી, ને પ્રભુએ પ્રવર્તાવેલ માર્ગે આત્મકલ્યાણ કરવું "

આ પ્રમાણે શ્રેયાનકુમારના મુખેથી બધુ જાણીને નગરજનો પોતપોતાના સ્થાને ગયા શ્રેયાંસકુમારને પોતાનુ જીવન આજે ધન્ય લાગતું હતું

આમ પ્રભુના આ ઇક્ષુરસના પારણાનો મહિમા જગેજગ ગવાયો એ ગાતા ગાતા હજારોના કર્મના દળિયા હલકા થઇ ગયા એ સુભગ દિવસને અનન્ત ને અક્ષયી સુખ આપનાર માનીને લોકોએ તે તિથિનુ નામ અક્ષયતૃતીયા રાખ્યુ બધા ધર્મો પ્રભુએ પ્રવર્તાવ્યા, પણ દાનધર્મ તો શ્રેયાનથી પ્રવર્ત્યો

એ કાળે એ તિથિની ઉપાસના કરી, અનેક જીવોએ પોતાનુ કલ્યાણ કર્યું આજે પણ અનેક જીવો અક્ષયતૃતીયાનુ તપ કરી–તેનુ આખ્યાન સાંભળી જીવનને સાર્થક કરે છે

શ્રીયુત ધીરજલાલ ટોકરશી શાહના

રચેલા પુસ્તકો

સં ૧૯૮૫

ક્રમ	પુસ્તકનું નામ	ગ્રંથમાળા	કિંમત
૧	શ્રી ઋષભદેવ	બાળગ્રંથાવળી શ્રેણી ૧ લી	૦-૧-૩
૨	નેમ-રાજુલ	"	"
૩	શ્રી પાર્શ્વનાથ	"	"
૪	પ્રભુ મહાવીર	"	"
૫	વીર ધન્નો	"	"
૬	મહાત્મા દૃઢપ્રહારી		"
૭	અભયકુમાર	"	"
૮	રાણી ચેલ્લણા		
૯	ચંદનબાળા	"	"
૧૦	ઇલાચીકુમાર		"
૧૧	જંબુસ્વામી	"	"
૧૨	અમરકુમાર	"	
૧૩	શ્રીપાળ		"
૧૪	મહારાજા કુમારપાળ	"	"
૧૫	મેઘકુમાર	"	"
૧૬	વિમળશાહ	"	"
૧૭	વસ્તુપાળ-તેજપાળ	"	"
૧૮	ખેમો દેદરાણી	"	
૧૯	જગડુશાહ	"	
૨૦	ધર્મ માટે પ્રાણ આપનાર મહાત્માઓ ભા. ૧લો		
	ભા. ૨જો		

પાનુ બીજુ

સ ૧૯૮૬

નબર	પુસ્તકનુ નામ	ગ્રથમાળા	કિમત
* ૨૨	અર્જુનમાળી	બાળ ગ્રથાવળી શ્રેણી ૨જી	૦–૧–૩
* ૨૩	ચક્રવર્તી સનત્કુમા		
* ૨૪	ગણધર શ્રી ગૌતમસ્વામી		,,
* ૨૫	આર્દ્રકુમાર		,,
* ૨૬	મહારાજા શ્રેણિક		
* ૨૭	મહાસતી અજના		
* ૨૮	રાજર્ષિ પ્રસન્નચદ્ર		,,
* ૨૯	મયણરેહા		
* ૩૦	ચ ન મલયાગિરિ		,,
* ૩૧	મન ફ઼ારો		
* ૩૨	મુનિ શ્રી હરિકેશી		
* ૩૩	કપિલ મુનિ		
* ૩૪	મેતાર્મુનિ નદિષેણ		
* ૩૫	શ્રી સ્થૂલિભદ્ર		
* ૩૬	મહારાજા સપ્રતિ		,,
* ૩૭	પ્રભુ મ વીરના દશ શ્રાવકો		,,
* ૩૮	સ્વાધ્યાય		,,
	સ ૦ ૧૯૮૭		
* ૩૯	રતિસુદરી		૦–૧–૦
* ૪૦	ઋષિ ત્તા		
* ૪૧	કમલની		
* ૪૨	સતી સુભદ્રા		,,
૪૩	જગામ[illegible] પાપુરી–સચિત્ર હાલ		૦–૨–૦
૪૪	કુદરત અને ગાધામમા વીસ [illegible]		૧–૮–૦

* આ નિશાનીવાળા પુસ્તકો મળતા નથી.

પાઠ ત્રીજુ

નબર	પુસ્તકનુ નામ	ગ્રથમાળા	કિમત
૪૫	ઇતુરાના ગુફામદિરો		૦–૮–૦
૪૬	અજતાનો યાત્રી (સચિત્ર કાવ્ય)		૦–૮–૦
૪૭	શ્રી ભદ્રબાહુ સ્વામી	બાળગ્રથાવળી શ્રેણી ત્રીજી	૦–૧–૩
૪૮	શ્રી હરિભદ્રસૂરિ	”	”
૪૯	શ્રી બપ્પભટ્ટસૂરિ	”	”
૫૦	શ્રી હીરવિજયસૂરિ		”
૫૧	મહાસતી સીતા	”	”
૫૨	મૃગાવતી		”
૫૩	સતી નદયતી		”
૫૪	ધન્ય અહિંસા	”	”
૫૫	સત્યનો જય	”	”
૫૬	અસ્તેયનો મહિમા		”
૫૭	સાચો શણગાર શીલ	”	”
૫૮	સુખની ચાવી યાને સતોષ		”
૫૯	જૈન તીર્થોનો ટૂક પરિચય ભા ૧	”	”
૬૦	” ભા ૨	”	”
૬૧	જૈન સાહિત્યની ડાયરી	”	”

સ ૧૯૮૮

* ૬૨	જાવડશા	બાળગ્રથાવળી શ્રેણી ચોથી	૦–૧–૩
* ૬૩	કોચરશા	”	”
* ૬૪	ધન્ય એ ટેક	”	”
* ૬૫	મણિના મૂલ	”	”
* ૬૬	કનાધર કોકાશ	”	”
* ૬૭	જિનમતિ	”	”
* ૬૮	રાજર્ષિ કરકડુ	”	”
* ૬૯	અનગસુદરી	”	”
* ૭૦	નર્મદા સુદરી	”	”

ક્રમ	પુસ્તકનું નામ	ગ્રંથમાળા	કિંમત
* ૭૧	અષાઢાભૂતિ	બાળગ્રંથાવળી શ્રેણી ચોથી	૦-૧-૩
* ૭૨	અચ્ચંકારી ભ.		,
* ૭૩	વિષ્ણુકુમાર		,
* ૭૪	કાલિકાચાર્ય		
* ૭૫	શ્રી પાદલિપ્તાચાર્ય		
* ૭૬	જીવવિચાર પ્રવેશિકા		
* ૭૭	સાધર્મિકના સ્નેહઝરણા		
૭૮	સીકીમની રીગગના (અમ્કમનુ)		
૭૯	નેકીનો ગઢ		
૮૦	૪૪ પ્રાણવાન વાતોનો સંગ્રહ		૨-૦-૦
૮૧	શ્રી મલ્લિનાથ	બાળ ગ્રંથાવળી શ્રેણી પાંચમી	૦-૧-
૮૨	મહાકવિ ધનપાલ		
૮	મુગાચાર્ય		
૮૪	મહિયારી સીતાની		
૮૫	નિતાગકુમાર		
૮૬	ચંપકશ્રી		
૮૭	તરંગવતી ભાગ ૧ લો		
૮૮	ભાગ ૨ જો		
૮૯	રોહક અને વિનયચંદ		
૯	હાથે તે સાથે		
૮૧	કામલક્ષ્મી		
૯૨	મહાત્માનો મેળાપ		
૯૩	મન જીતવાનો માર્ગ		
૯૪	સિદ્ધિદાયક સિદ્ધચક્ર		
૯૫	સિદ્ધર્ષિ ગણિ		
૯૬	૭ ધર્મકથાઓ		
૯૭	મુનિ અર્હન્નક		

ખાતુ પાંચમુ

સ ૧૯૮૯

ક્રમ	પુસ્તકનુ નામ	ગ્રંથમાળા	કિંમત
૯૮	સતી કનાવતી	બાળ ગ્રંથાવળી શ્રેણી છઠ્ઠી	૦–૧–૩
૯૯	સુદર્શન શેઠ	”	”
૧૦૦	કુમાર મગધકેતશ		”
૧૦૧	ચક્રવર્તી બ્રહ્મદત્ત	”	”
૧૦૨	શ્રી શાંતિજી		
૧૦૩	શ્રી શ્રી સૂરિ		
૧૦૪	સમવીર કર્માશાહ		”
૧૦૫	શ્રી વાદિદેવસૂરિ		”
૧૦૬	મુની શ્રી કર્મચંદ		
૧૦૭	વીર ધ્યાનશાહ		”
૧૦૮	શ્રી માનતુંગસૂરિ	”	”
૧૦૯	વ્યાપારી રત્નચૂડ	”	”
૧૧૦	શ્રી જિનપ્રભસૂરિ	”	”
૧૧૧	સદ્ધર્મ ન		
૧૧૨	કુમાર ક્ષેમંગક્ષિત	”	
૧૧૩	ચંપકમાળા		”
૧૧૪	માયા મોના		
૧૧૫	વાનવી રત્નપાળ	”	”
* ૧૧૬	અચળરાજ આબુ	જ્યોતિ પ્રવાસમાળા	૦–૧–૬
* ૧૧૭	પાવાગઢનો પ્રવાસ		૦–૧–૬

સ ૧૯૯૦

ક્રમ	પુસ્તકનુ નામ	ગ્રંથમાળા	કિંમત
૧૧૮	શ્રીરામ	વિદ્યાર્થી વાચનમાળા શ્રેણી ૧	૦–૧–૦
૧૧૯	શ્રીકૃષ્ણ	”	”
૧૨૦	ભગવાન બુદ્ધ	”	”
૧૨૧	ભગવાન મહાવીર	”	”

ક્રમ	પુસ્તકનુ નામ	ગ્રંથમાળા	કિંમત
૧૨૨	વીર હનુમાન	વિદ્યાર્થી વાચનમાળા શ્રે પહેલી	૦–૧–૩
૧૨૩	સતી દમયંતી		,,
૧૨૪	ચક્રવર્તી ચંદ્રગુપ્ત		,,
૧૨૫	રાજા ભર્તૃહરિ		,,
૧૨૬	ભક્ત સુરદાસ		,,
૧૨૭	નરસિંહ મહેતા		
૧૨૮	મીરાં બાઈ		
૧૨૯	લોકમાન્ય ટિળક		
૧૩૦	જૈનોની શિક્ષણસમસ્યા	યશોવિજય ગ્રંથમાળા	–૩–૦
૧૩૧	શિક્ષણસંસ્થાઓની વર્ગીકૃત યાદી		
૧૩૨	શ્રી વિજયધર્મસૂરિ શ્રી વિજયધર્મસૂરિ ગ્રંથમાળા		૦–૨–૬
૧૩૩	વિશ્વવંદ્ય પ્રભુ મહાવીર		૦–૦–૩

સં ૧૯૯૧

ક્રમ	પુસ્તકનુ નામ	ગ્રંથમાળા	કિંમત
૧૩૪	આદિકવિ વાલ્મીકિ	વિદ્યાર્થી વાચનમાળા શ્રે ત્રીજી	૦–૧–૩
૧૩૫	મહર્ષિ અગસ્ત્ય		
૧૩૬	જ્ઞાનેશ્વરી મહર્ષિ		
૧૩૭	મહારથી અર્જુન		
૧૩૮	વીર અભિમન્યુ	,,	
૧૩૯	પિતૃભક્ત શ્રવણ	,,	,,
૧૪૦	ચેનરો		
૧૪૧	મહાત્મા તુલસીદાસ		
૧૪૨	શ્રી રામકૃષ્ણ પરમહંસ		
૧૪૩	સ્વામી વિવેકાનંદ	,,	,,
૧૪૪	સ્વામી રામતીર્થ	વિદ્યાર્થી વાચનમાળા શ્રે બીજી	૦–૧–૩
૧૪૫	શ્રીમદ્ રાજચંદ્ર		,,
૧૪૬	પં મદનમોહન માલવિય		

ક્રમ	પુસ્તકનું નામ	ગ્રંથમાળા	કિંમત
૧૪૭	મહામુનિ વસિષ્ઠ	વિદ્યાર્થી વાચનમાળા શ્રેણી ત્રીજી	૦–૧–૩
૧૪૮	દ્રૌપદી		,
૧૪૯	વીર વિક્રમ	"	"
૧૫૦	રાજા ભોજ	,	,
૧૫૧	મહાકવિ કાલિદાસ	"	"
૧૫૨	વીર દુર્ગાદાસ	,	"
૧૫૩	મહારાણા પ્રતાપ	,	"
૧૫૪	શિવાજીનો સપૂત	,	"
૧૫૫	દાનવીર જગડૂ		,
૧૫૬	સિદ્ધરાજ જયસિંહ		
૧૫૭	જગતશેઠ		,
૧૫૮	વીર વિઠ્ઠલભાઈ		
૧૫૯	શ્રી એની બેસન્ટ	"	"
૧૬૦	વીર વિઠ્ઠલભાઈ	,	૨–૬–૦
૧૬૧	જૈનતત્ત્વપ્રવેશક જ્ઞાનમાળા ભા ૨	બુદ્ધિવૃદ્ધિ કર્પૂર ગ્રંથમાળા	અમૂલ્ય
૧૬૨	વિમળશાહ	શ્રી સયાજી બાલસાહિત્યમાળા	૦–૬–૦

સં ૧૯૯૨

ક્રમ	પુસ્તકનું નામ	ગ્રંથમાળા	કિંમત
૧૬૩	શ્રી ગજાનન	વિદ્યાર્થી વાચનમાળા શ્રેણી ચોથી	૦–૧–૩
૧૬૪	કાર્તિકેય સ્વામી		"
૧૬૫	શ્રી હર્ષ		,
૧૬૬	રસકવિ જગન્નાથ		
૧૬૭	ભક્ત નામદેવ	,	,
૧૬૮	છત્રપતિ શિવાજી	,	"
૧૬૯	સમર્થ સ્વામી રામદાસ	,	,
૧૭૦	ગુરુ નાનક	,	,
૧૭૧	મહાત્મા કબીર		

ક્રમ	પુસ્તકનું નામ	ગ્રંથમાળા	કિંમત
૧૭૨	ગૌરાંગ મહાપ્રભુ	વિદ્યાર્થી વાચનમાળા શ્રેણી ચોથી	૦-૬-૩
૧૭૩	શ્રી ત્રિભુવનદાસ ગજ્જર	,,	,,
૧૭૪	શ્રી વિજયધર્મસૂરિ		,,
૧૭૫	સાધુ નગેન્દ્રપ્રભા	,,	,,
૧૭૬	વસ્તુપાળ-તેજપાળ	શ્રી સયાજી બાળસાહિત્ય માળા	૦-૬-
૧૭૭	મહારાજા સયાજીરાવ ગાયકવાડ		૦-૧-
૧૭૮	શ્રીમંત રાજર્ષિ સયાજીરાવ ગાયકવાડ	સયાજી વિજયપત્રની ભેટ	૦-૪-
૧૭૯	મહારાજા કુમારપાળ	વિદ્યાર્થી વાચનમાળા શ્રેણી પાંચમી	૦-૨-
૧૮૦	શ્રી ઈશ્વરચંદ્ર વિદ્યાસાગર	,,	,,
૧૮૧	મહાદેવ ગોવિંદ રાનડે	,,	,,
૧૮૨	શ્રી ગોપાળકૃષ્ણ ગોખલે	,,	
૧૮૩	શ્રી જવાહરલાલ નેહરુ		
૧૮૪	શ્રી સુભાષચંદ્ર બોઝ		
૧૮૫	તારામંડળ		
૧૮	ભગતસિંહ		,,
૧૮૭	શ્રી વિજયાનંદસૂરિ		૦-૧-૬

સં ૧૯૯૬

૧૮૮	રાજનગર-સાધુસંમેલન	૨-૮-૦
૧૮૯	કોયડા સંગ્રહ ભાગ ૧ લો	૦-૮-૦
૧૯૦	તપવિચાર	૦-૪-૦



આવા પુસ્તકો મળવાનું ઠેકાણું —

ધી જ્યોતિ કાર્યાલય લી. પાનકોર નાકા જુમામસ્જીદ સામે અમદા